

Tilburg University

Steun zoeken bij Allah

Valk, Leonarda

Publication date:
2016

Document Version
Publisher's PDF, also known as Version of record

[Link to publication in Tilburg University Research Portal](#)

Citation for published version (APA):
Valk, L. (2016). *Steun zoeken bij Allah: Religiositeit, bidden en religieuze coping van Nederlandse, hoogopgeleide moslima's van Marokkaanse afkomst.* [, Tilburg University]. Eburon.

General rights

Copyright and moral rights for the publications made accessible in the public portal are retained by the authors and/or other copyright owners and it is a condition of accessing publications that users recognise and abide by the legal requirements associated with these rights.

- Users may download and print one copy of any publication from the public portal for the purpose of private study or research.
- You may not further distribute the material or use it for any profit-making activity or commercial gain
- You may freely distribute the URL identifying the publication in the public portal

Take down policy

If you believe that this document breaches copyright please contact us providing details, and we will remove access to the work immediately and investigate your claim.

Steun zoeken bij Allah

Religiositeit, bidden en religieuze coping van Nederlandse,
hoogopgeleide moslima's van Marokkaanse afkomst

Leonie van der Valk



Eburon
Delft 2016

Voor mijn ouders, mijn leermeesters

in aandacht voor mensen

Steun zoeken bij Allah

Religiositeit, bidden en religieuze coping van Nederlandse,
hoogopgeleide moslima's van Marokkaanse afkomst

Proefschrift

ter verkrijging van de graad van doctor aan Tilburg University op
gezag van de rector magnificus, prof. dr. E.H.L. Aarts, in het openbaar
te verdedigen ten overstaan van een door het college voor promoties
aangewezen commissie in de aula van de Universiteit op woensdag 21
december 2016 om 14.00 uur door Leonarda Neeltje Hendrika van der
Valk, geboren op 14 maart 1954 te Dordrecht.

Promotiecommissie

Promotores: Prof. dr. M.H.F. van Uden
Prof. dr. J.Z.T. Pieper

Overige leden: Prof. dr. H.A. Alma
Prof. dr. H.L. Beck
Prof. dr. W.E.A van Beek

ISBN 978 94 6301 097 9

Uitgeverij Eburon
Postbus 2867
2601 CW Delft
tel.: 015-2131484 / fax: 015-2146888
info@eburon.nl / www.eburon.nl

Omslag foto: Dalal El Ouariachi
Omslagontwerp: Texcetera, Den Haag

© 2016 Leonie van der Valk. Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen, of op enig andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de rechthebbende.

Inhoud

	Voorwoord	1
	Hoofdstuk 1. Algemene inleiding	5
1.1	Inleiding	5
1.2	De onderzoeksgroep	10
1.3	De doelstelling van het onderzoek	11
1.4	De vraagstelling van het onderzoek	12
1.5	Onderzoeksopzet	15
1.6	De opbouw van deze studie	15
2	Hoofdstuk 2. Theoretische achtergronden	19
2.1	Inleiding	19
2.2	Theorie en onderzoek met betrekking tot het begrip coping	19
2.2.1	Theorievorming over stress en coping door Lazarus & Folkman (1984)	19
2.2.2	Onderzoekinstrumenten met betrekking tot stress en coping	28
2.3	Theorie en onderzoek met betrekking tot religieuze coping	33
2.3.1	Theorievorming ten aanzien van religieuze coping van Pargament (1997)	33
2.3.1.1	Religie gezien als vlucht uit de realiteit	33
2.3.1.2	Religie gezien als bron van zingeving, troost en hoop	34
2.3.1.3	Religie gezien vanuit de religieuze copingtheorie	35
2.3.2	Onderzoeksinstrumenten en onderzoeksresultaten met betrekking tot religieuze coping	42
2.3.2.1	Onderzoek naar religieuze copingstijlen	43
2.3.2.2	Een onderzoeksinstrument naar vormen van religieuze coping: de RCOPE	45
2.4	Theorie en onderzoek ten aanzien van bidden en coping	50
2.4.1	Theorievorming en onderzoek met betrekking tot het verschijnsel bidden	50
2.4.2	Theorievorming en onderzoek naar bidden als vorm van coping	58
2.5	Over de religieuze coping en het bidden van moslims	66
3	Hoofdstuk 3. Resultaten van het kwantitatieve onderzoek	75
3.1	Inleiding	75
3.2	Uitvoering van het kwantitatieve onderzoek	76
3.2.1	Constructie van de vragenlijst	76
3.2.2	Dataverzameling en data-analyse	80
3.3	Onderzoeksresultaten	82
3.3.1	Sociale kenmerken van de respondenten	82
3.3.2	Kenmerken van religiositeit	83
3.3.2.1	Een hoge intrinsieke religieuze oriëntatie	83

3.3.2.2	Een volwassen geloof	85
3.3.2.3	Een hoge mate van religieus welbevinden	88
3.3.2.4	Kenmerken van bidden	90
3.3.2.4.1	Een hoge bidfrequentie	90
3.3.2.4.2	Vier varianten van bidden	91
3.3.2.5	Verbanden tussen de instrumenten die religiositeit en bidden meten	98
3.3.2.6	Beantwoording van de eerste onderzoeksvraag	101
3.3.3	Kenmerken van religieuze coping	103
3.3.3.1	De drie copingstijlen van Pargament et al. (1988)	104
3.3.3.2	Receptieve coping	107
3.3.3.3	De Brief RCOPE: positieve en negatieve vormen van religieuze coping	108
3.3.3.4	Verbanden tussen de copingmaten	110
3.3.3.5	Verbanden tussen religiositeit en religieuze coping	112
3.3.3.6	Beantwoording van de tweede onderzoeksvraag	118
4	Hoofdstuk 4. Resultaten van het kwalitatieve onderzoek	121
4.1	Inleiding	121
4.2	Uitvoering van het kwalitatieve onderzoek	121
4.2.1	Constructie van het vragenschema voor de diepte-interviews	121
4.2.2	Dataverzameling	125
4.2.3	Data-analyse	127
4.3	De eerste onderzoeksvraag beantwoord op basis van het categorieënschema A.	129
4.3.1	Sociale kenmerken: het belang van de migratiegeschiedenis	131
4.3.2	Identiteitskenmerken: gericht op het welzijn van anderen	133
4.3.2.1	Wereldse doelen: gericht op carrière en gezin	134
4.3.2.2	Het zelfbeeld: nadruk op een sociaal zelf	135
4.3.2.2	Zelf in relatie tot belangrijke anderen: sterk verbonden met hun dierbaren	139
4.3.3	Kenmerken van religiositeit	141
4.3.3.1	Religieuze socialisatie: opgevoed door gelovige ouders	141
4.3.3.2	Religieuze identiteit: sterk verbonden met de islam	142
4.3.3.3	Religieuze opvattingen: een onwankelbaar geloof	146
4.3.3.4	Religieuze gevoelens: liefde en ontzag voor God	150
4.3.3.5	Religieuze praktijken: gericht op het naleven van religieuze voorschriften	152
4.3.3.6	Contact met geloofsgenoten: verbonden maar ook kritisch	159
4.3.3.7	Effecten van religiositeit: zowel positief als negatief	160
4.3.3.8	Beantwoording van de eerste onderzoeksvraag	163
4.4	De tweede onderzoeksvraag beantwoord op basis van het categorieënschema B.	165
4.4.1	Kenmerken van probleemvelden	167
4.4.1.1	Problemen op religieus gebied	167

4.4.1.2	Problemen in verband met het volgen van een opleiding	167
4.4.1.3	Problemen in verband met familieleden	168
4.4.1.4	Problemen in verband met vriendschappen	169
4.4.1.5	Problemen rondom relaties en partnerkeuze	170
4.4.1.6	Problemen in verband met discriminatie en kritiek op de islam	170
4.4.2.	Kenmerken van religieuze coping	171
4.4.2.1	Socialisatie in religieuze coping: doe altijd een beroep op God	172
4.4.2.2	Religieuze copingstrategieën	174
4.4.2.2.1	Religieuze opvattingen: God heeft voor alles een reden	174
4.4.2.2.2	Religieuze gevoelens: emoties uiten bij God	177
4.4.2.2.3	Religieuze praktijken: veel bidden om steun en kracht	179
4.4.2.2.4	Contact met geloofsgenoten: het belang van ouders en geloofsgenoten	183
4.4.2.3	Effecten van religieuze coping: stressreductie domineert	185
4.4.3	Kenmerken van niet-religieuze coping	188
4.4.3.1	Socialisatie in niet-religieuze coping: problemen voor je houden	188
4.4.3.2	Kenmerken van niet-religieuze copingstrategieën	189
4.4.3.2.1	Opvattingen: positief blijven en wijzer worden	189
4.4.3.2.2	Gevoelens: vertrouwen op de toekomst en emoties uiten	193
4.4.3.2.3	Handelingen: zowel problemen oplossen als vermijden	194
4.4.3.2.4	Sociale ondersteuning: steun zoeken en geven	196
4.4.3.3	Effecten van coping zonder religie: emoties ventileren en steun geven verlichting	198
4.4.4	Beantwoording van de tweede onderzoeksvraag	200
4.5	Overeenkomsten en verschillen tussen de respondenten	202
4.5.1	Een vergelijkbare familieachtergrond	202
4.5.2	Verschillen tussen vrome, vertrouwensvolle, twijfelende en vrijdenkende moslima's	208
4.5.3	Reflectie over de functies van bidden in het copingproces	213
5	Hoofdstuk 5. Religie en coping na migratie naar Nederland	219
5.1	Inleiding	219
5.2	Theorievorming over stress en coping na migratie	220
5.2.1	Coping met intergenerationele conflicten	223
5.2.2	Coping met spanningen rondom discriminatie en buitensluiting	225
5.3	Religie en coping voorafgaand aan de migratie naar Nederland	229
5.3.1	De maatschappelijke positie	229
5.3.2	Kenmerken van religiositeit	232
5.3.3	Kenmerken van problemen	233
5.3.4	Kenmerken van copingstrategieën	235
5.3.5	Kenmerken van religieuze copingstrategieën	238
5.3.6	Samenvatting	240

5.4	Religie en coping na migratie naar Nederland	241
5.4.1	Eerste fase: problemen met aanpassing (1960-1990)	242
5.4.1.1	De maatschappelijke positie	242
5.4.1.2	Kenmerken van religiositeit	244
5.4.1.3	Kenmerken van problemen	248
5.4.1.4	Kenmerken van copingstrategieën	253
5.4.1.5	Kenmerken van religieuze copingstrategieën	254
5.4.1.6	Samenvatting	255
5.4.2	Tweede fase: problemen met integratie (1990-2000)	256
5.4.2.1	De maatschappelijke positie	257
5.4.2.2	Kenmerken van religiositeit	259
5.4.2.3	Kenmerken van problemen	262
5.4.2.4	Kenmerken van copingstrategieën	263
5.4.2.5	Kenmerken van religieuze copingstrategieën	265
5.4.2.6	Samenvatting	266
5.4.3	Derde fase: problemen met acceptatie (2000-2012)	267
5.4.3.1	De maatschappelijke positie	268
5.4.3.2	Kenmerken van religiositeit	272
5.4.3.3	Kenmerken van problemen	277
5.4.3.4	Kenmerken van copingstrategieën	281
5.4.3.5	Kenmerken van religieuze copingstrategieën	284
5.4.3.6	Samenvatting	289
5.5	Veranderingen in religie en coping	291
5.5.1	Inleiding	291
5.5.2	Veranderingen in religiositeit	291
5.5.3	Veranderingen in stressoren en coping	294
5.5.4	Veranderingen in religieuze coping	295
6	Hoofdstuk 6 Conclusies, discussie en nabeschuiving	297
6.1	Inleiding	297
6.2	Conclusies	298
6.2.1	Conclusies op basis van de eerste onderzoeksvraag	298
6.2.1.1	Een intrinsieke religiositeit die bijdraagt aan hun welzijn	298
6.2.1.2	Islamitische gebeden worden veel gebeden en geven rust	300
6.2.1.3	Vier verschillende varianten van bidden	302
6.2.1.4	Verschillen in religiositeit en bidgedrag tussen moslima's	305
6.2.2	Conclusies op basis van de tweede onderzoeksvraag	310
6.2.2.1	Problemen door ingrijpende levensgebeurtenissen, de migratieachtergrond en religiositeit	310
6.2.2.2	Religieuze coping wordt veel gebruikt, soms zijn er verschillen in de wijze waarop	314
6.2.2.3	Positieve vormen van religieuze coping domineren	316
6.2.2.4	Religieuze en niet-religieuze copingstrategieën worden gecombineerd	318

6.2.2.5	Bidden bij problemen geeft kracht, steun, vertrouwen en innerlijke rust	319
6.2.2.6	Verschillen tussen de bidvarianten in hoe zij bij spanningen worden gebruikt	321
6.2.2.7	Verschillen in religieuze coping tussen moslima's	323
6.2.3	Conclusies vanuit de migratie naar Nederland	327
6.2.3.1	Veel problemen staan in verband met het adaptatieproces aan de Nederlandse samenleving	327
6.2.3.2	Religie speelt een rol bij het adaptatieproces na migratie	328
6.2.3.3	Meer spanning door de negatieve beeldvorming over de islam	328
6.2.3.4	Toenemende verschillen tussen de generaties in religiositeit	328
6.3	Discussie	329
6.3.1	Generaliseerbaarheid van dit onderzoek	329
6.3.2	Reflectie over de gebruikte onderzoeksinstrumenten en onderzoeksvragen	331
6.3.3	Reflecties over de theorieën over coping, religieuze coping en bidden als religieuze copingstrategie	337
6.3.3.1	Reflecties over de stress- en copingtheorie van Lazarus & Folkman (1984)	337
6.3.3.2	Reflecties over de religieuze copingtheorie van Pargament (1997)	341
6.3.3.3	Reflecties over de rol van bidden in het copingproces	344
6.3.4	Reflectie over religie en bidden bij het adaptatieproces na migratie	350
6.4	Nabeschouwing	353
	Summary	357
	Literatuur	367
	Begrippenlijst	387
	Curriculum Vitae	391
	Bijlagen	393
	Bijlage 1	393
	Bijlage 2	398
	Bijlage 3	401
	Bijlage 4	409

Voorwoord

Het schrijven van dit proefschrift was een boeiende ontdekkingstocht. Ik heb in de jaren dat ik hieraan heb gewerkt veel geleerd over de vele betekenissen van het begrip religie, het verschijnsel bidden en de variëteit die er bestaat in het hanteren van problemen.

Hoewel ik in 1972 mijn studie Culturele Antropologie te Utrecht ben gestart met de colleges van prof. dr. Jan van Baal over de antropologische studie van religie, ontbrak het mij, als een met Darwin opgevoede jongere, aan de woorden en het referentiekader om goed te begrijpen waar religie over gaat. Ook mijn vele gesprekken met Turkse en Marokkaanse moslims hebben destijds onvoldoende bijgedragen aan mijn inzicht in de betekenis van religie. Pas toen ik mijzelf tijdens mijn reis door Azië in 1983 in het boeddhisme heb verdiept en het mediteren ben gaan praktiseren, is het voor mij persoonlijk iets duidelijker geworden wat een religie kan betekenen en hoe veelomvattend dit begrip is. Maar pas door mijn onderzoek vanuit een godsdienstpsychologie te verrichten, ben ik als cultureel antropoloog meer vertrouwd geraakt met wat religieuze oriëntaties en praktijken aan iemand's leven kunnen toevoegen.

Het is voor mij als cultureel antropoloog niet gemakkelijk geweest om de wetenschappelijke vaktaal en de onderzoeksmethoden van de godsdienstpsychologie toe te eigenen. Uiteindelijk heb ik het onderwerp ook vanuit een meer historisch en cultureel antropologisch perspectief benaderd, vanwege mijn behoefte om meer aandacht te besteden aan de sociaaleconomische en culturele veranderingsprocessen die van invloed zijn geweest op het denken en doen van deze nieuwe Nederlanders. Ik heb op deze wijze ook recht willen doen aan de geschiedenis van het adaptatieproces van Marokkaanse families aan de Nederlandse samenleving, een proces dat ik vanaf 1972 redelijk van dichtbij heb meegemaakt. Door mijn werkzaamheden als vrijwilliger, sociaal werker, vormingswerker, onderzoeker en docent ben ik vertrouwd geraakt met veel levensgeschiedenissen van Marokkaanse Nederlanders. Ik heb de jongeren onder hen in hun gedrag, waarden en normen steeds meer Nederlander zien worden.

In het contact met deze Nederlanders van Marokkaanse afkomst ben ik persoonlijk geraakt door hun onvoorwaardelijke acceptatie, warmte, directheid, spontaniteit, optimisme en openheid. Veel migranten van de eerste en tweede generatie van Marokkaanse afkomst hebben mij zowel in Nederland als in Marokko gastvrij onthaald en lief en leed met mij gedeeld. Dat heb ik erg gewaardeerd en plezierig gevonden. Ik heb er ook van geleerd hoe belangrijk het is als mensen zich onvoorwaardelijk open en gastvrij naar hun medemens opstellen. Dat dit gedrag verband houdt met hun geloof heb ik in eerste instantie niet beseft.

Deze achtergrond heeft invloed gehad op mijn motivatie om vanuit mijn rol als docent culturele antropologie hulpverleners in opleiding van zowel Marokkaanse als Turkse afkomst te ondersteunen in hun emancipatieproces binnen de Nederlandse samenleving. Toen zij zich meer zijn gaan oriënteren op het geloof van hun ouders, heb ik met hen gezocht naar de betekenis van hun geloof voor zowel henzelf als voor hun gelovige cliënten. Daarbij zijn er lesprogramma's ontwikkeld bij verschillende opleidingen voor sociaal werk van de Hogeschool van Amsterdam. Ik ben daarbij steeds van mening geweest dat hulpverleners in opleiding op een kritisch wijze moeten onderzoeken wat religie wel en niet kan bijdragen aan de hulpverlening en zelfredzaamheid van individuele gelovige cliënten. Om goed lesmateriaal te kunnen ontwikkelen, heb ik studenten interviews met gelovige personen laten verrichten. Daarbij zijn er vanaf 2005 meer dan 500 interviews verzameld met respondenten van diverse religieuze achtergronden, waaronder meer dan 350 moslims. Ik kijk met veel plezier terug op al deze lessen, de onderzoeksbegeleiding, het lezen van de rapportages, de interviewverslagen en de persoonlijke gesprekken met studenten van allerlei religieuze achtergronden.

Mijn grote dank gaat uit naar mijn begeleiders prof. dr. Rien van Uden en prof. dr. Jos Pieper. Het was voor mij niet gemakkelijk om de onderzoeksresultaten op de juiste wijze te verzamelen en te presenteren. Hun deskundigheid en zorgvuldigheid zijn daarbij van grote waarde geweest. Zij hebben mij met veel geduld in hun vakjargon ingewijd en mij methodisch en inhoudelijk op koers gehouden. Hun hulp is ook essentieel geweest om de statistische analyse goed te kunnen verrichten en beschrijven.

Er zijn veel mensen die mij tijdens het onderzoek en het schrijfproces hebben geholpen. Zonder mijn islamitische studenten van Marokkaanse afkomst zou dit proefschrift niet tot stand zijn gekomen. Zij hebben mij gemotiveerd om dit onderwerp te gaan onderzoeken en door te zetten, zodat het verhaal van hun migrantengeneratie en hun wijze van religieuze coping genuanceerd op papier terecht zou komen. Ik wil al deze studenten daarom bedanken voor hun betrokkenheid, oprechtheid en vertrouwen.

Ook alle hoogopgeleide moslima's van Marokkaanse afkomst die aan dit onderzoek hebben meegewerkt wil ik hierbij bedanken. Sommigen hebben geholpen door in hun eigen netwerken vragenlijsten te verzamelen. Anderen hebben moeite gedaan om onze vragenlijst in te vullen. En degenen die zijn geïnterviewd hebben mijn inziens zo eerlijk mogelijk antwoord proberen te geven op onze vragen.

Ik heb ook veel steun gehad van mijn leidinggevend en collega's. Het promotieonderzoek is mogelijk gemaakt door de Hogeschool van Amsterdam, afdeling Maatschappij en Recht. Daarbij wil ik speciaal Willem Baumfalk, prof dr. Louis Tavecchio, Wilfred Diekmann en Laura Koeter bedanken voor de gelegenheid

die zij mij hebben geboden om mij naast het lesgeven met dit onderwerp bezig te houden. Mijn collega's Tamara Boering en Eefje Driessen wil ik bedanken voor hun deskundige en loyale samenwerking tijdens de eerste vier jaar van dit onderzoeksproject. Ook andere collega's hebben mij door hun betrokkenheid en deskundigheid bijgestaan. Na eenzame periodes van analyseren en schrijven was het motiverend om op de werkvloer aan te schuiven en door discussies met collega's geïnspireerd te worden.

Tijdens het werken aan dit proefschrift ben ik verschillende malen geconfronteerd met hoe ikzelf omga met ingrijpende verlieservaringen en wat coping daarbij betekent. De laatste vier jaar heb ik een aantal dierbare personen verloren, eerst twee goede vrienden Victor van den Bersselaar en Rachid Jamari, beiden vanwege een hersentumor en vervolgens binnen korte tijd mijn lieve schoonmoeder Corrie Davies-Schey, mijn dierbare nicht Anneke Scheffers en mijn gehandicapte broer Dik. Het was niet gemakkelijk om Dik los te laten, een persoon voor wie ik mij altijd verantwoordelijk heb gevoeld en met wie ik zoveel mooie en grappige momenten heb gedeeld. Een bijzondere broer die mij vertrouwd heeft gemaakt met zijn wereld en de mensen die daarvan deel uit maken. Het schrijven aan dit proefschrift en de "koele" rationaliteit die daarvoor nodig was, heeft mij mede door deze verlieservaringen heen geholpen.

Mijn collega en kamergenoot Victor van den Bersselaar heeft mij geleerd dat filosofie en bestaansethiek een alternatief voor religie kunnen bieden. Ook Rachid Jamari ben ik veel dank verschuldigd. Tijdens onze lange vriendschap hebben wij veel discussies gevoerd over problemen binnen de Marokkaanse gemeenschap, de islam en het promotieonderzoek. Hij heeft mij getoond hoe belangrijk verbondenheid met geloofsgenoten is, ook bij degenen met een kritische geest en atheïstische denkbeelden. In zijn laatste maanden, worstelend met zijn levensbedreigende ziekte, is hij opnieuw geraakt door het geloof uit zijn jeugd. Het deed hem zichtbaar goed dat zijn geloofsgenoten hem in zijn laatste maanden onvoorwaardelijk hebben gesteund door voor hem te bidden en sms'jes te sturen. En tijdens de laatste fase van zijn ziekte hebben de islam en het luisteren naar koranrecitaties hem de rust en kracht gegeven om familie en vrienden te helpen om zich op zijn overlijden voor te bereiden. Ik kijk met ontroering terug op de onbaatzuchtige wijze waarop Rachid gericht is geweest op het welzijn van anderen. Deze inspiratie vanuit de islam heb ik ook bij mijn onlangs overleden co-trainer Mohammed Sayem teruggezien. Ook zijn wijsheden over de betekenis van de islam voor jongens met een Marokkaanse afkomst, zal ik nooit vergeten.

Mijn vriendin prof. dr. Willy Jansen wil ik bedanken voor haar gezelschap tijdens onze Marokkoreis en haar inhoudelijke, kritische en vriendschappelijke steun gedurende onze wandelingen, waarbij wij naast de zaken van het leven ook

mijn onderzoeksresultaten vanuit een antropologisch perspectief door hebben genomen. Heel belangrijk zijn ook mijn andere vrienden zoals, prof. dr. Henk Driessen, dr. Hans Bodt, Will van de Ven, Bart Vink, Mieke Jansen, Monique Smulders en nog vele anderen. Will heeft mij erg geholpen door nauwgezet het proefschrift op Nederlands te corrigeren. Zij is mij heel dierbaar door haar bescheidenheid, wijsheid, onvoorwaardelijke vriendschap, steun en deskundigheid. Als mens staat zij altijd klaar voor anderen, ook nu zij ernstig ziek is. Daarbij is zij mogelijk een voorbeeld van de invloed van een katholieke opvoeding, ook nadat het geloof zelf niet meer van betekenis is.

Essentieel is ook mijn thuisfront geweest, de steun van mijn levenspartner Peter Davies, mijn kinderen Elwyn, Dylan en hun vriendinnen Hannah Ukat en Laura van den Berg. Vooral Peter heeft ervoor gezorgd dat ik in al die eenzame uren typen fysiek en mentaal op de been ben gebleven. Ook familieleden en vrienden zijn daarbij heel belangrijk geweest, zelfs bij de laatste correcties. Mijn dank daarvoor aan Peter en David Meijer. Dit heeft mij geleerd hoe belangrijk de verbondenheid met dierbaren en vrienden voor mij zijn om te kunnen ontspannen, maar ook om te kunnen doorzetten en volhouden.

Tot slot wil ik nog iets over religie zeggen. Geïnspireerd vanuit het boeddhisme heb ik bij het hanteren van problemen zelf geen behoefte aan een godsbeeld. Voor mij persoonlijk is meditatie en de steun van andere mensen voldoende om te kunnen “copen”. Maar de symbolische waarde van de volgende uitspraak van een gelovige respondente: “God stuurt je mensen”, ontroert mij wel. Ook vind ik het na de vele gesprekken met gelovige moslims minder vreemd dat zij een als goddelijk beschouwde kracht aanspreken en ervaren. Maar persoonlijk voel ik mij meer verwant met de opvattingen over God van Spinoza (1677/2002).

Hoofdstuk 1 Algemene inleiding

1.1. Inleiding

Deze studie verkent de wijze waarop Nederlandse hoogopgeleide moslima's van Marokkaanse afkomst steun zoeken bij Allah¹ en de islam. In hoeverre hebben deze vrouwen op moeilijke momenten baat bij hun geloof? En wat helpt hen dan het beste? Bovengenoemde vragen zijn mij als docent culturele antropologie bij de Hogeschool van Amsterdam vaak door hulpverleners en studenten gesteld. Om hier antwoorden op te vinden is er in 2007 vanuit een godsdienstpsychologisch perspectief een onderzoek gestart naar wat kenmerkend is voor de individuele wijze waarop moslima's hun religie beleven en wat God, de islam en rituelen, zoals bidden, voor hen betekenen als zij geconfronteerd worden met problemen. Om de studie af te bakenen en vanuit affiniteit van de onderzoeker is er daarbij gekozen voor hoogopgeleide vrouwelijke respondenten van Marokkaanse afkomst.

De godsdienstpsycholoog Pargament (1997) heeft onderzoek verricht naar de verschillende manieren waarop gelovigen kracht putten uit hun religie. Velen ervaren steun en troost op moeilijke momenten door gebruik te maken van religieuze middelen. Dit wordt religieuze coping genoemd. Door religieuze zingeving en het verrichten van rituelen kunnen spanningen verminderen. Op deze manier is men beter in staat om met ingrijpende gebeurtenissen en verlieservaringen om te gaan. Ook bidgedrag is daar belangrijk bij. Door tot een als goddelijke beschouwde kracht te bidden, voelen veel gelovigen zich gesteund en vinden zij de kracht om ondanks alles wat er is gebeurd, door te gaan (Pargament, Koenig & Perez 2000; Levine 2008; Spilka & Ladd 2013). Religieuze opvattingen en gedrag kunnen echter ook stress veroorzaken of onzekerheden vergroten. Gezien deze verschillende eigenschappen van religieuze coping, is het volgens Pargament (2007) zinvol als hulpverleners meer aandacht besteden aan de verschillende manieren waarop gelovige cliënten hun religie aanwenden.

In de theorievorming over religieuze coping gaat het vooral om het hanteren van de spanningen rondom ingrijpende levensgebeurtenissen (Pargament 1997). Vooral als men voor voldongen feiten staat, zoals bij ongevallen, rampen, ernstige ziekte, echtscheiding, het overlijden van dierbaren kunnen religieuze oriëntaties en praktijken helpen om de emoties te hanteren die door deze situaties zijn ontstaan (Pargament 1997; Levine 2008; Spilka & Ladd 2013). Er is dan sprake van emotie-

¹ Wij gebruiken in deze studie zoveel mogelijk het woord: "God", de Nederlandse vertaling van het Arabische woord: "Allah".

gerichte coping (Lazarus & Folkman 1984). Binnen de Nederlandse context die in deze studie centraal staat hebben jonge Nederlandse vrouwen van Marokkaanse afkomst echter met allerlei problemen te maken. Daarom besteden wij niet alleen aandacht aan coping bij ingrijpende levensgebeurtenissen, maar wordt er ook gekeken naar alledaagse spanningen en problemen die verband houden met de specifieke omstandigheden waarmee deze jonge vrouwen in hun dagelijks leven geconfronteerd worden.

Kenmerkend voor de maatschappelijke positie van deze Nederlandse moslima's is de migratieachtergrond van hun families. Op basis hiervan worden zij binnen de Nederlandse samenleving tot één van de grootste minderheidsgroepen gerekend. Vrijwel alle respondenten uit deze studie zijn hoogopgeleide dochters of kleindochters van laaggeschoolde "gastarbeiders" die vanaf 1960 vanuit Marokko naar Nederland zijn gekomen om er in de industrie en dienstensector een inkomen te verwerven, om zodoende hun families in Marokko financieel te kunnen ondersteunen. Vanaf 1970 zijn er na verloop van tijd binnen bepaalde Nederlandse steden gemeenschappen van Marokkaanse Nederlanders gevormd door gezinshereniging. Deze migratiegeschiedenis heeft invloed op de wijze waarop Nederlandse hoogopgeleide vrouwen van Marokkaanse afkomst zijn opgevoed. De maatschappelijke positie en het lage inkomen van hun ouders heeft bepaald in welke wijken zij zijn opgegroeid, welke scholen zij hebben bezocht, wie hun burens en vrienden zijn en aan welke netwerken zij deelnemen. Binnen deze sociaal-economische en culturele context doen zij ervaringen op en worden zij geconfronteerd met spanningen.

Volgens Berry (1997) gaat migratie vaak gepaard met specifieke problemen. Migranten moeten zich immers aanpassen aan een nieuw type samenleving en laten daarbij hun dierbaren achter. Als zij hun kinderen in hun nieuwe vestigingsland gaan opvoeden, kunnen er verschillen tussen de oudere en jongere generaties optreden in hun wijze van aanpassing aan de samenleving. Daardoor kunnen er conflicten en problemen tussen ouders en kinderen ontstaan. Dat dit ook onder migrantenfamilies van Marokkaanse afkomst in Nederland speelt, blijkt uit onderzoek van Buitelaar (2002; 2009). Veel hoogopgeleide jonge vrouwen van Marokkaanse afkomst vinden het spanningsvol om de wereld van thuis te combineren met hun leven buitenshuis. Buitenshuis zijn zij gewend om te participeren binnen de Nederlandse samenleving, nemen zij deel aan het Nederlandse onderwijs, verrichten zij beroepsarbeid, en volgen zij hun ambities. Binnenshuis willen zij hun ouders respecteren, maar hebben zij soms moeite met de taboes, regels en verwachtingen die thuis gelden. Dit speelt vooral als ouders in tegenstelling tot hun dochters nog sterk georiënteerd zijn op de traditionele waarden en normen uit het herkomstland. Daarnaast kunnen deze hoogopgeleide jonge vrouwen zich vaak

moeilijk onttrekken aan de toegenomen sociale controle binnen hun eigen etnische en religieuze gemeenschap. Dit heeft gevolgen voor de individuele vrijheden die zij zich binnen de Nederlandse samenleving veroorloven op gebied van vriendschappen, uitgaan, relatievorming, seksualiteit en partnerkeuze.

Een andere bron van stress waarmee deze Nederlanders met een Marokkaanse familieachtergrond geconfronteerd worden, is de toegenomen negatieve maatschappelijke beeldvorming in de samenleving over zowel hun etnische groep als hun geloof (Roeland, Aupers, Houtman, De Koning & Noomen 2010; Poorthuis & Salemink 2011). Dit gegeven veroorzaakt spanningen bij deze jongeren, ook onder de groep van hoogopgeleide jonge vrouwen (Buitelaar 2002; Ketner 2010). Deze problemen met discriminatie en stigmatisering van jongeren uit islamitische migrantenfamilies zijn ook geconstateerd in andere westerse samenlevingen (Berry & Sabatier 2010). Volgens onderzoekers (Schmidt 2004; Mansson McGinty 2007) zijn islamitische migrantenjongeren in diverse Westerse landen zich steeds meer gaan verdiepen in het geloof van hun ouders doordat zij steeds aangesproken worden op hun “anders-zijn”. Dit geldt ook voor migrantenjongeren van Marokkaanse afkomst in Nederland (Brouwer 2006; De Koning 2008). De religie van hun ouders is deel gaan uitmaken van hun identiteit, waardoor zij steeds meer belang hechten aan het navolgen van islamitische voor-schriften, zoals vasten, bidden en het dragen van hoofdbedekking door vrouwen.

In hun zoektocht naar een sterke identiteit, hebben deze islamitische jongeren van Marokkaanse afkomst onderling een eigen religieus vertoog ontwikkeld. Via sociale media praten zij vaak over de betekenis en inhoud van wat zij als de “ware” islam beschouwen (Brouwer 2006; De Koning 2008; Roeland et al. 2010). Zij wisselen religieuze kennis uit en ontwikkelen religieuze vaardigheden. Dit nieuw ontwikkelde religieuze referentiekader biedt deze migrantenjongeren houvast. Het sluit volgens Roex, Van Stiphout & Tillie (2010) en De Koning (2008) beter aan bij hun individuele behoeften dan de traditionele, islamitische opvattingen en praktijken van de generatie van hun ouders. Zo biedt deze nieuwe kennis over de islam jonge moslima's van Marokkaanse afkomst de mogelijkheid om op basis van religieuze argumenten thuis tradities en rolpatronen ter discussie te stellen, zonder dat zij daarbij de afkeuring van hun ouders oproepen (Buitelaar 2002; 2009; Ketner 2010). Hun ouders hechten immers veel waarde aan de islam, maar zij zijn vaak minder in staat om weerwoord te geven, omdat zij veelal minder dan hun kinderen afweten van wat islamitische bronnen voorschrijven.

Met behulp van de islam creëren deze jongeren uit Marokkaanse migrantenfamilies een sterke sociale identiteit die een positief effect heeft op hun zelfwaardering (De Koning 2008). Deze beschermt hen tegen de negatieve gevolgen van de buitensluiting en discriminatie die zij binnen de Nederlandse samenleving

ervaren. Waarom juist hun religie voor hen persoonlijk deze beschermende rol is gaan vervullen, is op basis van de door Pargament et al. (2000) onderscheiden psychologische functies van religiositeit als volgt te verklaren:

Ten eerste draagt religiositeit bij aan het verminderen van spanningen doordat religieuze oriëntaties helpen om een betekenis te vinden achter moeilijke omstandigheden (*to find meaning*). Zo kunnen deze jongeren vanuit een religieuze reden proberen te verklaren waarom zij met discriminatie worden geconfronteerd.

Ten tweede helpt religiositeit om invloed uit te oefenen over het eigen bestaan (*mastery and control*). Religieuze oriëntaties en het verrichten van religieuze handelingen geven houvast. Zij versterken het gevoel van controle, waardoor de machteloosheid van deze islamitische jongeren tegenover een maatschappelijk onrechtvaardige behandeling, kan afnemen.

Ten derde versterkt religiositeit gevoelens van emotionele geborgenheid bij God (*comfort and closeness to God*). Door een betrokken en liefdevolle God als dichtbij te ervaren en om steun te vragen, roepen deze jongeren positieve gevoelens op, waardoor zij kracht en vertrouwen hervinden.

Ten vierde schept religiositeit een band met geloofsgenoten en God (*intimacy with others and closeness to God*). Zo staan islamitische jongeren er niet alleen voor en kunnen zij een beroep doen op andere moslims.

Ten vijfde biedt religiositeit de mogelijkheid om het eigen leven ingrijpend te veranderen (*life transformation*) door dit vanuit religieuze idealen vorm te geven. Dit vergroot bij deze jongeren innerlijke groei en zelfwaardering.

In een latere publicatie noemen Pargament, Feuille & Burdzy (2011) naast de bovengenoemde vijf functies van religiositeit nog identiteitsversterking, de verbinding met een sacrale wereld, religieuze verdieping en angstreductie. Religiositeit kan dus het ontwikkelen van een sterke sociale identiteit stimuleren, waaraan deze jongeren betekenis, houvast, geborgenheid, steun, innerlijke groei, zelfvertrouwen en zelfwaardering (*self-esteem*) aan kunnen ontleen (Park & Slattery 2015).

Pargament (1997) beschouwt religiositeit, waaronder bidden, indien het bovengenoemde gunstige effecten op iemands welzijn heeft, als een vorm van positieve religieuze coping. Pargament (1997) onderscheidt echter ook vormen van religiositeit die juist spanningen oproepen (*religious distress*). Gedachten over zonden, goddelijke straf, de hel en de angst verdoemd te zijn, kunnen gaan domineren. Er kan innerlijke onvrede ontstaan als goddelijke steun uitblijft, er religieuze vervreemding optreedt, of als men zich door God verlaten voelt (*God alienation*). Er kunnen spanningen en conflicten met geloofsgenoten zijn rondom de interpretaties van religieuze onderwerpen. Daardoor kunnen gevoelens van minderwaardigheid, eenzaamheid en wanhoop toenemen (Pieper 2012).

Deze studie richt zich specifiek op het verschijnsel bidden. Bidden is een belangrijk onderdeel van religieus gedrag. De psycholoog James (1902/1958: 454) ziet bidden zelfs als de kern van religie. Hij beschrijft bidden als: “...every kind of inward communion or conversation with the power recognized as divine” (James 1902/1958: 454). De als goddelijk beschouwde macht waarnaar moslims zich in hun gebed richten is Allah², het Arabische woord voor God.

Over bidden is veel geschreven en ook is er veel onderzoek naar verricht. Bidden is een complex psychologisch verschijnsel en de variëteit in manieren van bidden is groot (Poloma & Gallup 1991; Foster 1992; Brown 1994; Bänziger 2007). Bij een individueel gebed keert iemand in zichzelf en zoekt vervolgens verbinding. Daarbij kan het gaan om het verbinden met het eigen innerlijk of met een als goddelijk beschouwde kracht met wie op een vrije of voorgeschreven manier wordt gecommuniceerd. Deze verbinding kan een gunstig effect uitoefenen op het gevoel van welbevinden (Levine 2008). Dit kan in verband gebracht worden met de hierboven beschreven psychologische functies van religiositeit die door Pargament et al. (2000) zijn onderscheiden.

Door zich tijdens een individueel gebed in zichzelf terug te trekken, neemt iemand even afstand van de situatie waarin men zich bevindt. Veel gelovigen richten zich dan op een sacrale wereld die zij van grote betekenis vinden, omdat zij daarbinnen in contact treden met een goddelijke kracht die zij als invloedrijk, betrokken, aandachtgevend en liefdevol ervaren (Pargament 1997). Binnen deze wereld doen zij een beroep op de hulp van deze hen gunstiggezinde (*benevolent*) “Ander”. Bidders kunnen bij deze “Ander” emotionele geborgenheid zoeken en vinden. Zij kunnen hun frustraties, verdriet en angsten uiten, uithuilen, hun hart luchten en om vergeving vragen. Dit kan een dusdanig geruststellend effect op hen hebben, dat hun angsten en spanningen afnemen (McCullough, Bono & Root 2005; Ladd & McIntosh 2008; Levine 2008). Volgens Pargament (1997) ervaren bidders op zo’n moment dat zij er niet alleen voor staan, waardoor gevoelens van ontredde en wanhoop afnemen. Er is weer ruimte voor hoop en vertrouwen in de toekomst. Hierdoor kunnen bidders zich na hun gebed beter voelen dan daarvoor (Levine 2008).

Volgens Park & Paloutzian (2015) activeren bidders religieuze betekenis-systemen (*meaning systems*) waaraan zij energie en motivatie onttelen. Zij bidden vaak vanuit een persoonlijke behoefte, om iets tot uitdrukking te brengen, of omdat zij steun en houvast nodig hebben (Janssen, De Hart & Den Draak 1990; Brown 1994). Vanuit de verwachting dat bidden kan helpen, anticiperen bidders op bepaalde

² Veel moslims betreden een aantal keren per dag in hun *salaat*gebed de sacrale wereld van God (Winchester 2008). Vaak bidden zij ook buiten deze rituele gebedsvorm. Dit geeft hen in moeilijke tijden afleiding, kracht en troost.

effecten. Als zij bijvoorbeeld menen dat bidden hen tot rust brengt, zijn zij na het bidden vaak ook meer ontspannen en gerustgesteld (Levine 2008; Spilka & Ladd 2013).

Zoals gezegd, is onze studie verricht binnen de Nederlandse context. Nederland is een land dat vanuit haar specifieke historische, sociaaleconomische en religieuze achtergrond een sterk seculier karakter heeft ontwikkeld (Dekker & Ester 1996; Sengers 2006). Deze context beïnvloedt de religiositeit, de problemen, de wijze van coping en het bidden van islamitische vrouwen van Marokkaanse afkomst.

Om recht te doen aan de complexiteit van de Nederlandse context waarbinnen deze groep nakomelingen van migranten verkeert, zijn in deze studie twee verschillende wetenschappelijke perspectieven gehanteerd. Eerst wordt het onderzoeksthema vanuit een godsdienstpsychologisch kader beschreven en vervolgens vanuit een sociologisch en antropologisch perspectief. Wij hebben hiervoor gekozen omdat deze wetenschappelijke disciplines dusdanig van elkaar verschillen dat het samenvoegen van de theorievorming en onderzoeksliteratuur ten koste zou zijn gegaan van de overzichtelijkheid. In hoofdstuk 2, 3 en 4 staat dus de godsdienstpsychologie centraal en in hoofdstuk 5 de sociologische analyse van het coping-proces na migratie. Op deze wijze wordt verhelderd welke veranderingen er in de loop der tijd in Nederland binnen deze migrantenfamilies uit Marokko zijn opgetreden en wat daarbij de rol van religie is geweest. Zo worden ook de onderzoeksresultaten van deze studie in een breder perspectief geplaatst.

Hoe wij precies bij het onderzoek te werk zijn gegaan, wordt nader toegelicht in de volgende paragrafen.

1.2. De onderzoeksgroep

Zoals gezegd was de aanleiding voor deze studie de belangstelling van islamitische studenten aan de hulpverleningsopleidingen van de Hogeschool van Amsterdam voor de mogelijke rol van de islam binnen het hulpverleningsproces. Binnen diverse onderwijsprogramma's hebben deze studenten gediscussieerd over de betekenis van hun geloof voor hun dagelijks leven en hun beroepsuitoefening. Uit deze lessen en uit interviewmateriaal dat is verzameld, blijkt dat veel moslims in moeilijke tijden een beroep op God en de islam doen en dat dit hen houvast, rust en kracht geeft (Van der Valk, Driessen & Boering 2009; Van der Valk 2007; 2012). Maar tijdens discussies in een groep met islamitische studenten domineert er soms een normatief religieus vertoog, waardoor het openlijk naar voren brengen van meer persoonlijke, afwijkende religieuze interpretaties of het uiten van religieuze kritiek of twijfel geremd wordt. Er wordt onderling snel gesproken over hoe het volgens de islam

hoort, maar over persoonlijke ervaringen of opvattingen wordt er weinig uitgewisseld. Zo zeggen deze studenten wel dat religie iets persoonlijks is, dat alle probleemsituaties anders zijn, waardoor de discussie stopt. Dit heeft de onderzoeker van deze studie gemotiveerd om een onderzoek vanuit de godsdienstpsychologie op te zetten, waarbij er vooral gevraagd wordt naar de persoonlijke beleving van religiositeit en religieuze coping. De gedachte daarbij is ook dat het voor hulpverleners relevant is om te weten hoe individuele moslims precies over hun geloof en wijze van religieuze coping denken. Daarom zijn er in het hoofdstuk 4 waar het kwalitatieve onderzoek wordt gepresenteerd, veel citaten toegevoegd, zodat zichtbaar wordt hoe religieuze gedachten en ervaringen precies worden verwoord. Zo worden ook de onderlinge overeenkomsten en verschillen in hun religieuze vertoog duidelijker.

Er is in deze studie gekozen voor een onderzoek onder vrouwelijke islamitische respondenten van Marokkaanse afkomst. Deze keuze staat in verband met de jarenlange verbondenheid van de auteur van deze studie met deze jongeren uit migranten families in de rol van onderzoeker, begeleider en docent. Er is voor de groep hoogopgeleide vrouwen gekozen, omdat deze vrouwen vaak goed geïntegreerd zijn in de Nederlandse samenleving. Zij zijn geboren en getogen in Nederland. De verwachting is dat juist deze vrouwen door de vaardigheden die zij hebben ontwikkeld in staat zijn om op een persoonlijke wijze te verwoorden hoe zij de islam beleven, praktiseren en aanwenden bij stress. Daardoor verwachten wij onder deze groep van hoogopgeleide moslima's meer religieuze diversiteit, religieuze zelfreflectie en individualiteit aan te treffen dan onder een groep van laagopgeleide vrouwen.

1.3. De doelstelling van het onderzoek

Het doel van deze studie is het verkrijgen van inzicht in de wijze waarop hoogopgeleide moslima's van Marokkaanse afkomst de islam en het bidden gebruiken om spanningen rondom problemen te verminderen. Wij hopen met dit onderzoek de hulpverlening aan islamitische cliënten te verrijken.

Zinnbauer & Pargament (2005) en Pargament (2007) raden hulpverleners aan om in hun hulpverleningsproces meer aandacht te besteden aan de spiritualiteit, religiositeit en religieuze coping van gelovige cliënten. Om de terughoudendheid van hulpverleners te doorbreken geven Abu Raiya & Pargament (2010) gerichte adviezen ten behoeve van de hulpverlening aan moslims. Dergelijke adviezen zijn ook relevant voor hulpverleners in Nederland, omdat ook zij vaak weinig weten over islamitische vormen van religieuze coping (Van der Valk, Driessen & Boering

2009). Want hoewel er in Nederland onder moslims veel sociologisch en antropologisch onderzoek is verricht, ontbreekt er een systematisch overzicht waarmee vanuit een psychologisch perspectief de individuele diversiteit in islamitische vormen van coping begrepen kan worden. Er is nog weinig onderzoek beschikbaar waaruit blijkt welke religieuze gedachten, gevoelens en handelingen voor individuele islamitische Nederlanders belangrijk zijn en welke zij daarbij als stressverminderend of juist als stressverhogend ervaren. Door deze studie hopen wij hulpverleners te kunnen ondersteunen om met hun islamitische cliënten te onderzoeken in hoeverre zij baat hebben bij religieuze coping en in hoeverre de religieuze copingstrategieën die zij gebruiken adequaat zijn, gezien hun situatie. Daarnaast kunnen de resultaten van dit onderzoek hulpverleners met een islamitische achtergrond mogelijk een kader bieden om gericht na te denken over hun eigen vormen van religieuze coping en in hoeverre zij dit onderwerp met hun islamitische cliënten willen bespreken.

Tot slot willen wij met behulp van dit onderzoek verhelderen in hoeverre religiositeit en bidden in het bijzonder bijdragen aan het emancipatieproces van deze moslima's van Marokkaanse afkomst binnen de Nederlandse samenleving. In hoeverre helpt het gebruik van religieuze coping en het in zichzelf keren in gebed bij het ontwikkelen van zelfvertrouwen, zelfwaardering, individualiteit en assertiviteit? En wat betekent dit voor hun integratie en positieverbetering in de Nederlandse samenleving (Berry 1997)?

1.4. De vraagstelling van het onderzoek

In deze paragraaf presenteren wij de vraagstelling en de begrippen die in deze studie centraal staan. In hoofdstuk 2 worden deze begrippen nader toegelicht vanuit het gebruikte theoretische kader.

Om de rol van religie in het copingproces te kunnen verhelderen, wordt eerst geïnventariseerd hoe deze vrouwen hun geloof beleven en praktiseren. Dit is onze eerste onderzoeksvraag. De tweede onderzoeksvraag is gericht op de vraag welke rol religieuze coping en met name bidden in hun leven speelt. De onderzoeksvragen zijn als volgt geformuleerd:

Welke kenmerken heeft de religiositeit en met name het bidgedrag van hoogopgeleide moslima's van Marokkaanse afkomst?

Op welke wijze gebruiken zij hun religiositeit en het bidden in het bijzonder bij het omgaan met problemen?

In deze studie staan de volgende begrippen centraal: hoogopgeleide moslimvrouwen van Marokkaanse afkomst, religiositeit, bidden, problemen, stress, coping en religieuze coping. Deze begrippen worden hieronder toegelicht.

Hoogopgeleide Nederlandse moslima's van Marokkaanse afkomst

Onder "hoogopgeleide" wordt diegenen verstaan die aan het hoger beroeps-onderwijs of aan de universiteit studeren of hebben gestudeerd. Bij "moslima's van Marokkaanse afkomst" gaat het om islamitische vrouwen die in Nederland zijn opgegroeid en van wie beide ouders in Marokko zijn geboren.

Religiositeit

Onder het begrip "religiositeit" wordt in deze studie de individuele wijze verstaan waarop een religie wordt beleefd en gepraktiseerd. Het begrip religiositeit verwijst dus naar iemands persoonlijke wijze van geloven (Zinnbauer & Pargament 2005). Het begrip "religiositeit" heeft betrekking op de individuele wijze waarop iemand gebruik maakt van allerlei religieuze bronnen of religieuze uitingsvormen, zoals bijvoorbeeld gebeden (Oman 2015: 43³). Het kan daarbij gaan om religieuze opvattingen, overtuigingen, waarden, normen en levensdoelen. Er kan sprake zijn van het besef van een religieuze identiteit, religieuze gevoelens, verbondenheid met geloofsgenoten en religieuze praktijken. Het begrip "religieuze praktijken" verwijst naar allerlei activiteiten die iemand vanuit een religie onderneemt, zoals het naleven van religieuze voorschriften, geboden, verboden, bidden, het uitvoeren van allerlei rituelen, het bezoeken van bijeenkomsten met geloofsgenoten, het navolgen van religieuze gedragsregels, het lezen of reciteren van heilige boeken, het op geregelde tijden vasten en het verrichten van een pelgrimage.

Bidden

Zoals is aangegeven in de inleiding wordt in deze studie de definitie van William James (James 1902/1958) van bidden gebruikt. Onder bidden verstaat hij elke vorm van een naar binnen gerichte communicatie of conversatie met een macht die als goddelijk wordt beschouwd:

...every kind of inward communion or conversation with the power recognized as divine (James 1902/1958: p. 454).

Er is volgens Spilka & Ladd (2013) bij "bidden" psychologisch gezien sprake van: "*a broad spectrum of attitudes, beliefs, experiences, and knowledge.*" (Spilka & Ladd 2013: 3).

³ Oman (2015) stelt de volgende definitie van religiositeit voor: "... *religiousness* as an individual's usage of religious resources or forms (such as prayers) for any type of goal" (Oman 2015: 43, noot 7).

Bidden is te beschouwen als een complexe vorm van gedrag, waarbij op een vastgelegde of een vrije wijze een speciale vorm van communicatie gestalte krijgt (Ladd & Spilka 2015). Er bestaat een grote variatie aan bidvormen (Bänziger 2007). Bidden kan zowel onzichtbaar zijn voor derden als dat het gepaard gaat met een duidelijke lichaamstaal, zoals het geval is bij het uitvoeren van voorgeschreven rituelen. Tijdens het bidden kan er sprake zijn van aanbidding, smeken, recitatie, conversatie, meditatie en contemplatie. Bidden kan plaatsvinden op vaste plaatsen of tijden of kan spontaan en impulsief zijn. Veel mensen bidden op een rituele manier, waarbij zij uitdrukking geven aan gevoelens en gedachten met behulp van bepaalde handelingen. Door middel van dit bidgedrag creëren zij ervaringen, die psychologische en lichamelijke effecten te weeg kunnen brengen. Zij bidden vanuit een specifieke motivatie, behoefte en aanleiding en verwachten daarbij vaak een bepaald effect (Janssen, De Hart, & Den Draak 1990; Bänziger, Janssen & Van Uden 2005).

Coping: het omgaan met problemen

Onder “problemen” wordt in deze studie verstaan, de gebeurtenissen of omstandigheden die stress of spanning veroorzaken. Het begrip “stress” verwijst volgens de Oxford Dictionary of Psychology (Colman 2003: 711) naar de psychologische en fysieke spanning die opgeroepen wordt door fysieke, emotionele, sociale, economische of werkgerelateerde omstandigheden, gebeurtenissen of ervaringen - de stressoren - die moeilijk te verdragen of te hanteren zijn.

Het “omgaan met problemen” verwijst naar het begrip “*coping*” en de stress- en copingtheorie, zoals deze ontwikkeld is door Lazarus & Folkman (1984). Daarbij gaat het niet alleen om levensbedreigende of schokkende gebeurtenissen (*critical life events*), maar in navolging van Lazarus (1999) ook om minder ingrijpende problemen uit het dagelijks leven (*daily hassles*), omdat deze ook een negatieve invloed op het welbevinden kunnen uitoefenen, vooral als zij een structureel karakter hebben en gepaard gaan met stress.

Religieuze coping

Onder “religieuze coping” verstaan wij in navolging van Pargament (1997) het hanteren van stress en problemen vanuit een religieus referentiekader, dit wil zeggen met behulp van religieuze oriëntaties, ervaringen en handelingen. Religieuze coping verwijst dus naar allerlei religieuze middelen die mensen inzetten om de stress die zij ervaren te verminderen. Het kan dan gaan om religieuze zingeving, het verrichten van religieuze handelingen (zoals bidden, mediteren, het uitvoeren van rituelen, vasten, het op bedevaart gaan), het steun zoeken bij geloofsgenoten of religieuze deskundigen, het vanuit religieuze motivatie anderen vergeven of

bijdragen aan hun welzijn, het bijwonen van religieuze activiteiten en het zoeken naar spiritualiteit en religieuze verdieping.

1.5. Onderzoeksopzet

Om bovenstaande onderzoeksvragen te kunnen beantwoorden is er na de literatuurstudie een empirisch exploratief onderzoek verricht, waarbij er gebruik is gemaakt van zowel kwantitatieve als kwalitatieve onderzoeksmethodes.

Het kwantitatieve onderzoek hebben wij uitgevoerd met behulp van (deels) gevalideerde onderzoeksinstrumenten voor het meten van religiositeit, bidden en religieuze coping. Op basis van deze instrumenten is er een vragenlijst samengesteld die vervolgens door 177 respondenten, die zijn benaderd via de sneeuwbalmethode, is ingevuld. Daarna zijn er 13 respondenten uit deze groep van 177 hoogopgeleide moslima's geïnterviewd. In hoofdstuk 4, paragraaf 4.2.2., wordt toegelicht hoe de selectie van deze respondenten tot stand is gekomen. Voor deze interviews is een topiclijst ontwikkeld die gebaseerd is op het theoretische kader van Lazarus & Folkman (1984) over stress en coping, van Pargament (1997) en Van Uden et al. (2009) over religieuze coping en van Janssen et al. (1990; 1998; 2003) en Bänziger et al. (2005) over bidden.

1.6. De opbouw van deze studie

Deze studie is als volgt opgebouwd. In hoofdstuk 1 zijn de inleiding, de onderzoeksgroep, de doelstelling, de vraagstelling, de onderzoeksopzet en de opbouw van deze studie toegelicht.

In hoofdstuk 2 wordt het theoretisch kader behandeld waarop deze studie is gebaseerd. Centraal hierbij staan de stress- en copingtheorie van Lazarus & Folkman (1984), de religieuze copingtheorie van Pargament (1997) en het onderzoek naar bidden van de Nederlandse onderzoekers Bänziger, Janssen en Van Uden (2005). Dit theoretische kader vormt de basis voor het empirische onderzoek dat in hoofdstuk 3 en 4 wordt toegelicht.

In hoofdstuk 3 wordt het kwantitatieve onderzoek gepresenteerd. Na de verantwoording van de wijze waarop het kwantitatieve onderzoek is uitgevoerd, worden de twee onderzoeksvragen beantwoord op basis van de analyse van de ingevulde vragenlijsten van 177 respondenten. Daarbij wordt beschreven en in tabellen weergegeven wat de religiositeit, de wijze van bidden en de religieuze coping

van de respondenten uit ons onderzoek kenmerkt. Ook worden de gevonden statistische verbanden tussen deze onderzoeksgegevens beschreven.

In hoofdstuk 4 staan de resultaten vanuit het kwalitatieve onderzoek centraal. Dit kwalitatieve onderzoek is gebaseerd op diepte-interviews met dertien respondenten uit de groep van 177 die aan het kwantitatieve onderzoek hebben deelgenomen. In dit hoofdstuk worden de onderzoeksresultaten per onderzoeksvraag gepresenteerd aan de hand van een analyseschema. Ter illustratie zijn daarbij ook letterlijke citaten toegevoegd. Aan het eind van dit hoofdstuk worden overeenkomsten en verschillen tussen de dertien respondenten weergegeven in religiositeit, bidedrag en (religieuze) coping. Ook wordt beschreven welke veranderingen er daarbij zijn opgetreden in vergelijking met de generatie van hun moeders.

In hoofdstuk 5 wordt de specifieke Nederlandse context toegelicht waarbinnen hoogopgeleide islamitische vrouwen van Marokkaanse afkomst leven. Daarbij is er een breder maatschappelijk en historisch perspectief gehanteerd. Binnen godsdientpsychologisch onderzoek staat de invloed van sociaaleconomische processen vaak minder centraal. Dit is wel begrijpelijk gezien de aandacht van dit vakgebied voor het religieuze denken en handelen van individuen, maar dit doet onvoldoende recht aan culturele verandering en de invloed van iemand's maatschappelijke en sociaaleconomische positie. Daarom zijn de onderzoeksresultaten in hoofdstuk 5 aangevuld met antropologische en sociologische theorieën en onderzoek over het adaptatieproces van Marokkaanse families aan de Nederlandse samenleving. In hoofdstuk 5 worden de veranderingen beschreven die er in de loop der tijd zijn opgetreden in de religiositeit, de problemen en de wijze van coping van deze nieuwe Nederlanders. Daarbij wordt eerst de theorievorming en het onderzoek over adaptatie na migratie weergegeven (Berry 1997). In dit hoofdstuk 5 staat dus de vraag centraal hoe deze migrantenfamilies uit Marokko zich in de loop der tijd hebben aangepast aan de Nederlandse samenleving.

Deze analyse maakt duidelijk dat de aanpassing aan de Nederlandse samenleving van hoogopgeleide jonge vrouwen van Marokkaanse afkomst succesvol is. In één generatie tijd zijn zij erin geslaagd om hoger onderwijs te volgen en een betere maatschappelijke positie te verwerven. Zij participeren volop in de Nederlandse samenleving en zijn in vergelijking met hun eigen overwegend ongeschoolde ouders zelfredzaam en geëmancipeerd te noemen. Dit succes brengen zij zelf in verband met de onvoorwaardelijke steun van hun ouders. Maar deze snelle verandering brengt ook spanningen met zich mee. Hun ouders willen dat hun dochters zowel maatschappelijk succesvol zijn als dat zij bepaalde Marokkaanse tradities en gebruiken naleven en door hun gedrag de familie niet in opspraak brengen. Daardoor leggen zij hun dochters allerlei geboden en verboden op. Dit zorgt voor spanningen binnen deze gezinnen. Daarnaast hebben deze jonge vrouwen in

toenemende mate te maken met de sociale controle binnen de Marokkaans-Nederlandse gemeenschap en met maatschappelijke discriminatie ten aanzien van zowel hun afkomst als hun geloof.

In hun copingproces met dergelijke spanningen hebben deze hoogopgeleide vrouwen net als veel andere jongeren van hun achtergrond steun gevonden bij het geloof van hun ouders. Door het vrome volksgeloof van de generatie van hun ouders te voorzien van nieuwe betekenissen en praktijken, hebben zij op persoonlijk gebied houvast, zelfvertrouwen en zelfredzaamheid ontwikkeld. Daarbij hebben zij afgezien van een aantal vrijheden waarover zij als vrouw binnen de Nederlandse samenleving kunnen beschikken, zoals de vrijheid om op relationeel gebied te kunnen experimenteren en partners te kiezen van een andere achtergrond.

Net na de migratie vanuit Marokko hebben sommige vrouwen gebruik weten te maken van de vrijheden die zij als vrouw binnen de Nederlandse samenleving genoten. Onder invloed van hun nieuwe mogelijkheden, zijn zij bijvoorbeeld bij conflicten van huis weggelopen, hebben zij taboes doorbroken en hebben zij hun eigen vrienden en partners gekozen. Door migratie naar Nederland is de sociaal economische positie verbeterd en is ook binnen gezinnen de positie van vrouwen en mannen en ouders en kinderen gelijk geworden. Dit heeft invloed op hun onderlinge band en wijze van communiceren.

Maar de huidige generatie van hoogopgeleide vrouwen kiest minder voor de levensstijl van veel van hun Nederlandse leeftijdsgenoten. Zij zien daar uit respect voor hun ouders vanaf, omdat zij geen verdriet willen doen. Dit wijst ook op het belang van de affectieve band tussen ouders en kinderen. Deze jonge vrouwen kunnen door het benadrukken van hun islamitische identiteit zowel hun ouders respecteren als emanciperen. Deze religieuze identiteit bepaalt veel meer dan de culturele en religieuze tradities van hun ouders voor welke vormen van vrijheid zij als vrouw kiezen en welke zij op basis van hun geloof afwijzen. Daarbij ontwikkelen deze moslima's nieuwe, eigentijdse vormen van autonomie en individualiteit vanuit hun persoonlijke beleving van de islam en door hun verbinding met God tijdens het bidden.

In hoofdstuk 6 worden de conclusies van deze studie gepresenteerd op basis van het kwantitatieve en kwalitatieve onderzoek en de literatuurstudie. In het onderdeel "Discussie" wordt er over deze onderzoekresultaten gereflecteerd. Aan de orde komen de beperkingen van deze studie, de gebruikte onderzoeksmethoden en het toegepaste theoretisch kader. Tot slot bespreken wij wat deze studie voor inzicht geeft in de rol van religie bij het adaptatie- en emancipatieproces van islamitische vrouwen van Marokkaanse afkomst met betrekking tot de Nederlandse samenleving. In de nabeschuiving staan wij stil bij de betekenis van recente politieke en mondiale ontwikkelingen.

Hoofdstuk 2. Theoretische achtergronden

2.1. Inleiding

Dit hoofdstuk geeft een overzicht van het theoretische kader dat in deze studie is gebruikt. Vanwege de duidelijkheid is er voor gekozen om de onderzoeksthema's coping, religieuze coping en bidden, die op theoretisch gebied samenhang vertonen, in aparte paragrafen te presenteren. In paragraaf 2.2. worden theorieën en onderzoeken rondom coping, onder andere van Lazarus & Folkman (1984), behandeld. In paragraaf 2.3. staan het religieuze copingparadigma van Pargament (1997) en de onderzoeksinstrumenten die daarvoor zijn ontwikkeld centraal. In paragraaf 2.4. wordt aandacht besteed aan het verschijnsel bidden en wordt weergegeven wat er bekend is over bidden als vorm van religieuze coping. Daarbij wordt het Nederlandse onderzoek naar de kenmerken van bidden door Janssen, Van Uden & Bänziger (2003; 2005) behandeld. Aan het eind van deze paragraaf geven wij de verschillende functies weer die het bidden in het copingproces kan vervullen. Tot slot staan wij in paragraaf 2.5. stil bij wat dit theoretische kader betekent, gezien de Nederlandse context waarmee deze moslima's te maken hebben. In deze paragraaf wordt in het kort aangegeven hoe dit theoretische kader zich verhoudt tot wat er bekend is over de religieuze coping en het bidden van moslims en wat daarvan relevant kan zijn voor islamitische respondenten in Nederland.

2.2. Theorie en onderzoek met betrekking tot het begrip coping

Coping is het centrale thema in deze studie. In deze paragraaf worden eerst in 2.2.1. de stress- en copingtheorie van Lazarus & Folkman (1984) weergegeven. In paragraaf 2.2.2. wordt het onderzoeksinstrument gepresenteerd dat door Lazarus & Folkman (1988) is ontwikkeld om coping te kunnen meten. Daarbij wordt ook aandacht besteed aan het categorieënschema voor niet-religieuze coping van de Nederlandse onderzoekers Van Uden, Pieper, Van Eersel, Smeets & Van Laarhoven (2009). Dit laatste schema heeft een rol gespeeld bij het kwalitatieve onderzoek van onze studie dat beschreven wordt in hoofdstuk 4.

2.2.1. Theorievorming over stress en coping door Lazarus en Folkman (1984)

De onderzoekers Lazarus & Folkman (1984) hebben veel invloed gehad op de theorievorming over coping. Zij hebben de complexiteit van het copingproces

onderzocht en beschreven. In hun studie uit 1984 definiëren Lazarus & Folkman (1984) het begrip coping als volgt:

Coping is: constantly changing cognitive and behavioral efforts to manage specific external or internal demands that are appraised as taxing or exceeding the resources of the person (Lazarus & Folkman 1984: 141).

Vanuit hun visie ontstaat copinggedrag omdat mensen zich aan de omgeving waarin zij leven moeten aanpassen. De centrale vraag bij coping is hoe mensen omgaan met de omstandigheden waarmee zij geconfronteerd worden. Hoe managen zij de stress die hierdoor ontstaat?

Lazarus & Folkman (1984: 117) zijn ten aanzien van het begrip stress zowel beïnvloed door het experimenteel fysiologisch onderzoek naar stresscontrole bij dieren als door de psychoanalytische theorievorming. De eerste onderzoekstraditie richt zich op overlevingsgedrag en onderzoekt de verschillende fysiologische stressreacties van dieren op gevaar, zoals de impulsen om te vluchten, te vechten, of gevaar te vermijden. Vanuit deze benadering wordt coping gezien als:

...acts that control aversive environmental conditions, thereby lowering psycho-physiological disturbances. N. E. Miller (1980) says, for example, that coping consists of the learned behavioral responses that are successful in lowering arousal by neutralizing a dangerous or noxious condition (Lazarus & Folkman 1984: 118).

De tweede theoretische richting die voor Lazarus & Folkman (1984) relevant is voor het ontwikkelen van hun theorie over stress en coping, is de psychoanalytische theorie van Sigmund Freud (1856-1939) en Anna Freud (1895-1982). In deze benadering staan vooral cognitieve reacties op stress centraal:

In the psychoanalytic ego psychology model, coping is defined as realistic and flexible thoughts and acts that solve problems and thereby reduce stress. The main difference between the treatment of coping in this model compared to the animal model is the focus on the way of perceiving and thinking about the person's relationship with the environment. Although behavior is not ignored, it is treated as less important than cognition (Lazarus & Folkman 1984: 118).

De theorievorming van Freud (1893-1926/1994) en Freud (1936/1971) over de verschillende vormen die het afweren van innerlijke conflicten kan aannemen, geeft inzicht in de complexiteit van het copingproces. Omdat deze theoretische benadering een basis vormt voor de stress- en copingtheorie van Lazarus en Folkman (1984), zullen wij deze hier nader toelichten.

Volgens Freud (1930/1965) is het inherent aan het menselijk bestaan dat er onlustgevoelens en frustraties optreden. In zijn essay "*Das Unbehagen in der Kultur*"

geeft hij aan dat mensen lijden omdat hun lichaam gedoemd is tot verval en zij geconfronteerd worden met een buitenwereld waar onberekenbare natuurkrachten en menselijke relaties voor spanningen zorgen. Dit betekent volgens Freud (1930/1965) dat door deze realiteit de mens in zijn streven naar geluk en de afwezigheid van pijn en onlustgevoelens altijd gefrustreerd wordt. Om hieraan te ontkomen, creëren mensen overtuigingen en activiteiten die hen afleiding geven, of die hen helpen hun leed te verzachten. Daarbij gebruiken zij volgens Freud (1930/1965) allerlei “vervangingsmiddelen”, zoals fantasie, poëzie, creativiteit, literatuur, muziek, wetenschappelijke of lichamelijke arbeid en ook religie (Freud 1930/1965⁴). Ook nuttigen zij roesmiddelen, zoals alcohol of drugs om daarmee hun onlustgevoelens te verdoven:

Das Leben, wie es uns auferlegt ist, ist zu schwer für uns, es bringt uns zuviel Schmerzen, Enttäuschungen, unlösbare Aufgaben. Um es zu ertragen, können wir Linderungsmittel nicht entbehren (...) Solcher Mittel gibt es vielleicht dreierlei: mächtige Ablenkungen, die uns unser Elend geringschätzen lassen. Ersatzbefriedigungen, die es verringern, Rauschstoffe, die uns für dasselbe unempfindlich machen (Freud, 1930/1965: 73).

Freud legt in zijn benadering vooral de nadruk op het reguleren van spanningen, die er intrapsychisch kunnen ontstaan door seksuele en agressieve impulsen, waardoor er onbewuste afweermechanismen kunnen optreden (Pieper 2012). Lazarus & Folkman (1984) richten zich echter in hun stress- en copingtheorie meer op bewuste cognitieve processen die een rol spelen bij het aanpassingsproces van individuen aan de specifieke omgeving waarin zij leven. Bij hen gaat het dus vooral om de wisselwerking tussen individu en omgeving en niet zozeer om het hanteren van de innerlijke conflicten die vanuit het verleden zijn ontstaan.

Wij zullen eerst het theoretische model van Lazarus & Folkman (1984) toelichten en behandelen, vervolgens de theoretische aanvullingen die door Lazarus (1999; 2000; 2006) zijn geformuleerd om de complexiteit van het copingproces toe te lichten.

Centraal in de stress- en copingtheorie van Lazarus & Folkman (1984) staat de aanpassing (*adaptation*) aan gebeurtenissen en omstandigheden waarmee de mens in zijn bestaan wordt geconfronteerd. Volgens Lazarus & Folkman (1984) is er vaak sprake van stress, als frustraties en problemen in het contact met de medemens

⁴ Freud (1930/1965) verwijst naar het advies van Voltaire in “Candide”. In dit boek heeft Voltaire kritiek op het overdreven optimisme van bepaalde filosofen, door Candide met een veelvoud van traumatische gebeurtenissen te confronteren, waardoor uiteindelijk elk optimistisch commentaar wordt weerlegd. Tot slot geeft Voltaire het advies om te gaan tuinieren.

of door ingrijpende gebeurtenissen iemand psychisch uit balans brengen. Spanningen die door de inschatting van bepaalde omstandigheden opgeroepen worden, kunnen een gevoel van onbehagen geven, doordat gevoelens van frustratie, boosheid, ontreddering, verontwaardiging, wanhoop of angst om aandacht vragen. Door dergelijke emoties wordt het persoonlijke evenwicht verstoord. Men raakt “van slag”. Het weer greep krijgen op dergelijke gevoelens van onbehagen is belangrijk voor het persoonlijke welzijn.

Bij spanningen en emoties die om aandacht vragen, zoeken mensen naar middelen om hun stress te verminderen. Zij gaan tot coping over. Het hoofddoel van coping is volgens Lazarus & Folkman (1984) stressreductie, zodat iemand weer goed kan functioneren. Coping is dus effectief als de stress vermindert of verdwijnt. Dit wordt wel de “*outcome of coping*” genoemd. Effectieve stressreductie vergroot het psychische welzijn.

Volgens Lazarus & Folkman (1984) gaat het bij coping om min of meer bewuste, doelgerichte handelingen, die om een zekere inspanning vragen. Afhankelijk van de strategie die men kiest, het type probleem waar men mee te maken heeft en de kenmerken van de context, zijn deze inspanningen wel of niet succesvol om op korte of lange termijn stress te reduceren. Essentieel hierbij is hoe iemand de betekenis van een stressor inschat of beoordeelt (*appraisal*) en over welk copingrepertoire (de hulpbronnen) men kan beschikken.

Lazarus en Folkman (1984) onderscheiden in het copingproces theoretisch gezien verschillende fasen. In de eerste fase maken mensen een voorlopige, meestal snelle inschatting van een situatie om vast te stellen in hoeverre er gevaar dreigt (*primary appraisal*). Als een situatie als bedreigend voor het persoonlijke welzijn wordt ervaren, kan er een angstreactie volgen die: “*leads to processing of information related to schemata of personal danger*” (Lazarus & Folkman 1984: 420). De emoties die daarbij ontstaan, motiveren om wel of niet iets te ondernemen om het gevaar af te wenden.

Na deze eerste snelle beoordeling volgt vaak een tweede, uitgebreidere beoordeling van de situatie (*secondary appraisal*). In deze tweede fase maken mensen afwegingen of zij gezien de gegeven omstandigheden wel of niet iets moeten ondernemen om de bedreiging af te wenden. In hoeverre zijn er mogelijkheden om iets aan een situatie te veranderen? Staat men voor voldongen feiten of kan men er iets aan doen? Daarbij maakt het verschil uit om wat voor type probleem het gaat. Er kan sprake zijn van een intern of een extern probleem. Een intern probleem speelt zich binnen de gedachtewereld van een persoon zelf af. Dan maakt iemand zich bijvoorbeeld zorgen over een situatie, of wordt men gekweld door twijfels of schuldgevoelens. Bij een extern probleem gaat het om een externe gebeurtenis waarmee men wordt geconfronteerd. Er is dan sprake van een feitelijke, objectieve

dreiging, zoals bij agressief gedrag door anderen, bij ongelukken, rampen of confrontatie met de dood.

In deze tweede fase van het copingproces speelt volgens Lazarus & Folkman (1984) de overweging mee in hoeverre het beter is om de stressor zelf weg te nemen, of dat het raadzamer is om zich te richten op het hanteren van de eigen emoties die door de stressor worden opgeroepen. In het eerste geval kan men overgaan tot probleemgerichte coping en in het tweede geval tot emotiegerichte coping.

In de derde fase van het copingproces speelt de vraag over welke hulpbronnen men beschikt om de omstandigheden waarmee men te maken heeft, het hoofd te bieden. Over welke hulpbronnen denkt iemand te beschikken om met een bedreigende situatie om te kunnen gaan? De variëteit in hulpbronnen die in het copingproces gemobiliseerd kunnen worden, is groot. Er kunnen allerlei materiële en immateriële middelen worden ingezet en er bestaan veel verschillende combinaties van hulpbronnen.

In de vierde fase van het copingproces gaat men daadwerkelijk tot coping over. Daarbij kunnen er allerlei copingstrategieën ingezet worden. Men kan bepaalde actie ondernemen, zoals het zoeken van steun of afleiding, of positieve emoties oproepen (Folkman & Moskowitz 2000), zodat er stressvermindering optreedt. Bij probleemgerichte coping gaat men de problemen die door een situatie zijn ontstaan gericht oplossen. Het probleem -de stressor- wordt aangepakt. Bij emotiegerichte coping richt men zich op het reguleren van de emoties die door de situatie worden oproepen. Dit doet men bijvoorbeeld door de situatie te laten zoals deze is, het denken eraan te vermijden, of door er een minder bedreigende betekenis aan te geven (Lazarus 1999: 114). Dit wordt herinschatting genoemd of "*reappraisal*". Er is dan sprake van een herinterpretatie van de stressor.

Tot slot is het zinvol om stil te staan bij het effect van het copingproces. Men kijkt dan terug op een gebeurtenis en evalueert de eigen reacties en handelingen. Coping is volgens Lazarus en Folkman (1984) succesvol als er stressvermindering optreedt. Men kan overdenken hoe doeltreffend de gehanteerde wijze van coping is geweest om beter met een gebeurtenis of omstandigheden om te kunnen gaan, zowel op korte als lange termijn. Zo kan men achteraf een positieve wending geven aan een ingrijpende gebeurtenis, waardoor spanningen afnemen.

In latere publicaties stelt Lazarus (1991; 1999; 2000; 2006) dat de bovengenoemde theoretisch te onderscheiden fasen van coping in de werkelijkheid van het dagelijks leven veel complexer zijn dan de theorie aangeeft. Er spelen volgens Lazarus (2000: 667) veel verschillende variabelen mee die invloed hebben op wat individuen spanningsvol vinden, hoe zij hun stress hanteren en welke effect dit op hen heeft. Lazarus (1999) maakt opmerkingen over het belang van emoties, verschillen in stressoren, persoonskenmerken, de impact van een specifieke his-

torische en culturele context, de moeilijkheid om de effecten van coping vast te stellen en de vraag in hoeverre coping altijd op een bewust niveau plaatsvindt. Wij zullen dit puntsgewijs toelichten.

Het belang van emoties

Lazarus (1991; 1999) beschrijft in zijn boeken *Emotions and Adaptation* (1991) en *Stress and Emotion, a New Synthesis* (1999) dat emoties belangrijk zijn gedurende het gehele copingproces. Zij zijn van invloed bij de inschatting van omstandigheden en geven de prikkel om tot coping over te gaan. Daarom definieert Lazarus (2006) in een later artikel het begrip coping als volgt:

Coping is concerned with our efforts to manage adaptational demands and the emotions they generate (Lazarus 2006: 10).

Volgens Lazarus (1999) ontstaan emoties als persoonlijke belangen op het spel staan. Deze belangen zijn verbonden met essentiële waarden en normen; de levensdoelen die men nastreeft; de hiërarchie in deze doelen en de opvattingen die men belangrijk vindt (*belief systems*). Vooral als men inschat dat men zich in omstandigheden bevindt die men niet gemakkelijk het hoofd kan bieden, kan dit volgens Lazarus (1999) veel stress oproepen.

Verschillen in stressoren

Volgens Lazarus (1999) bestaan er verschillende stressoren, met hun eigen specifieke kenmerkende details. Bij eenmalige ingrijpende gebeurtenissen kan er sprake zijn van acute stress, terwijl er bij situaties die regelmatig terugkeren chronische stress kan optreden.

Bij acute stress (Lazarus 1999) gaat het om spanningen die ontstaan onder invloed van tijdelijke, kortdurende bedreigende gebeurtenissen, zoals de confrontatie met ernstige ziekte, het overlijden van dierbaren, ontslag, scheiding, ongelukken of rampen. Dergelijke ingrijpende, nare gebeurtenissen (*critical life events*) roepen veel emoties op. Zij kunnen zowel op korte als op lange termijn een negatief effect hebben op het welzijn.

Er is sprake van chronische stress (Lazarus 1999) als men te maken heeft met dagelijks terugkerende spanningen in de directe leefomgeving waaraan men niet kan ontkomen. Het kan gaan om conflicten binnen het gezin, de familie, de buurt, de opleiding of op het werk. Ook als men moet overleven onder langdurig uitzichtloze en moeilijke omstandigheden, is er sprake van chronische stress, bijvoorbeeld als men niet kan ontkomen aan structurele armoede, gewelddadige of problematische gezinssituaties, levensbedreigende oorlogssituaties, maatschap-pelijke uitsluiting, stigmatisering en discriminatie.

Chronische stress kan ook ontstaan door een toename van kwetsbaarheid (Lazarus 1999) onder invloed van gezondheidsproblemen of ouderdom, bij zowel het individu zelf als bij de dierbaren. Spanningen kunnen optreden door een langdurig ziekteproces, ingrijpende lichamelijke en psychische beperkingen, vereenzaming en psychiatrische problematiek. Het hanteren van chronische stress vraagt vanwege het structurele karakter om andere strategieën dan het omgaan met acute stress (Lazarus 1999). Zo gaat men volgens Lazarus (2000) anders om met het verlies van dierbaren die na een lange lijdensweg overlijden, dan wanneer het een plotselinge dood betreft.

Verschillen in persoonskenmerken

Individen verschillen in persoonskenmerken waardoor zij volgens Lazarus (1999; 2000) een situatie anders inschatten en hanteren. Of een situatie als bedreigend wordt ingeschat, hangt af van individuele eigenschappen, oriëntaties en vaardigheden. Het maakt uit hoe iemand in het leven staat en welke levensdoelen en overtuigingen essentieel zijn. Ook is belangrijk over welk copingrepertoire men kan beschikken (Lazarus 1999). Al deze factoren hebben invloed op of men bij machte denkt te zijn om een situatie te veranderen en in hoeverre het de moeite loont om actie te ondernemen.

Individen verschillen in temperament, cognitieve en affectieve vaardigheden en in hun vermogen om adequaat te handelen. De meeste mensen hebben er bovendien moeite mee om situaties juist in te schatten en te anticiperen op het gedrag van henzelf en dat van anderen. Het is moeilijk om bij conflicten te beoordelen waar het eigen gedrag en dat van anderen precies mee te maken heeft, wat achterliggende motieven en belangen zijn en welke rol cognities en affecten daarbij spelen. Dit geldt ook voor het anticiperen op wat anderen ten aanzien van een conflict zullen ondernemen (Lazarus 1999).

Stress en coping zijn gebonden aan een specifieke historische en culturele context

Volgens Lazarus (2000) speelt coping zich altijd binnen een specifieke sociale context af. Deze interpersoonlijke en culturele context heeft grote invloed op het copingproces. Dit geldt ook voor de bredere historische en maatschappelijke omstandigheden waarmee men wordt geconfronteerd. Deze contexten beïnvloeden de leefomgeving, de aanpassingsproblemen die daaruit voortkomen, de inschattingen die men maakt, de hulpbronnen waarover men beschikt en de wijze van coping. Dit sluit aan bij de constatering van Nederlandse psychiaters De Jong & Colijn (2010) over de culturele overdracht van copingstrategieën:

Vanaf prehistorische tijden hebben culturen copingstrategieën ontwikkeld om met extreme stress om te gaan. Elk tijdperk en iedere cultuur uit extreme stress in eigen semantiek, verklarende modellen en idioms of distress, en heelt de wonden op een manier die past bij het tijdsbeeld, heersende schema's en de lokale kosmologie (De Jong & Colijn 2010: 149).

Het wereldbeeld, de oriëntaties, waarden, normen, gebruiken en manieren van coping worden door generaties overgedragen. Dit proces van culturele beïnvloeding is voortdurend aan verandering onderhevig maar kent ook een zekere vastere structuur die zich verankert in wat individuele leden van een cultuur en samenleving belangrijk, nastrevenswaardig of problematisch vinden. Mensen worden zich echter vaak pas bewust van hun culturele oriëntaties als de emoties die door bepaalde omstandigheden worden opgeroepen, om aandacht vragen.

Effecten van coping zijn niet eenduidig vast te stellen

Lazarus (2000) uit kritiek op onderzoekers die veronderstellen dat probleemgerichte coping als effectiever en gezonder gezien moet worden dan emotiegerichte coping. Een strikt onderscheid tussen probleemgerichte en emotiegerichte coping vindt hij kunstmatig. Bij beide vormen van coping spelen immers emoties mee. Daarnaast worden beide vormen van coping in het dagelijks leven vaak gecombineerd, waardoor het moeilijk is om vast te stellen welke vorm het meeste effectief is om stress te reduceren. Ook verschillen de criteria die onderzoekers gebruiken om het succes van coping vast te stellen. Zo kan men kijken naar de effecten van coping ten aanzien van het persoonlijk welzijn, de somatische gezondheid, of criteria hanteren die gebaseerd zijn op maatschappelijke waarden (Lazarus 2000: 667).

Ook is het ingewikkeld om te beoordelen wanneer een copingstrategie nu wel of niet effectief is om stress te reduceren. Wat op immers korte termijn helpt, kan op lange termijn juist de stress verhogen (Lazarus 2000). Bij een conflict kan een confrontatie zinvol zijn, maar het kan ook de problemen verergeren. De strategie om conflicten te ontwijken heeft vaak een prijs als de stressor niet verdwijnt, of belangen niet veranderen (Lazarus 1999). Dan is het raadzamer om een situatie onder ogen te zien en aan te pakken. Maar onder andere omstandigheden kan het beter zijn om niet voor probleemconfrontatie te kiezen, maar voor emotiegerichte coping.

Onbewuste en bewuste inschattingen en copingstrategieën

Lazarus (1999) vraagt zich ook af in hoeverre inschattingen en copingactiviteiten altijd op een bewust niveau plaatsvinden. Hij is echter van mening dat er bij coping altijd sprake is van een zekere inspanning en een zekere mate van bewust handelen. Daarom rekent hij geautomatiseerde handelingen of reflexen niet onder coping.

Maar wel constateert hij dat de primaire inschatting vaak zo snel verloopt dat deze deels onbewust lijkt:

First, the process of appraising can be deliberate and largely conscious. Second, it can be intuitive, automatic, and unconscious. (...) I have come to the conclusion that in the garden of variety of emotional transactions, including those that are stressful, rapid or instantaneous appraising usually applies (Lazarus 1999: 82).

Bij de secundaire inschatting spelen bewuste denkprocessen juist wel mee, omdat men dan gebeurtenissen en situaties overdenkt en men probeert te achterhalen wat men gezien de gegeven omstandigheden het beste kan ondernemen. Maar uit de wijze waarop veel mensen een belangrijke keuze maken, blijkt dat dit proces ook snel en deels op intuïtief niveau kan plaatsvinden (Dijksterhuis 2007). Soms is er volgens Lazarus (2000) bij coping sprake van het vermijden van innerlijke spanningen en conflicten door er niet aan te denken of door afleiding te zoeken. Deze reactie kan ook worden beschouwd als een vorm van afweer (*defense*). Waarin verschilt coping nu eigenlijk van afweer?

Freud (1893-1926/1994) beschrijft de pathologie van het afweren van emoties, maar in zijn werk wordt afweer niet altijd als een onbewust proces beschreven. Dit is wel het geval in de studie van afweermechanismen door zijn dochter Anna Freud (1936/1971). In navolging van haar vader onderscheidt Anna Freud (1936/1971) verschillende afweermechanismen die mensen onbewust gebruiken om innerlijke spanningen af te weren. Vanuit de psychoanalytische theorievorming staan deze spanningen in verband met innerlijke conflicten. Anna Freud (1936/1971) noemt daarbij de volgende afweermechanismen: verdringing, ontkenning, projectie, verschuiving, reactieformatie, compensatie en rationalisatie. Bij het afweermechanisme “verdringing” gaat het om het niet meer ervaren van de gevoelservaring, omdat men deze heeft verdrongen. Bij “ontkenning” gaat het om het niet meer herinneren van de pijnlijke ervaring. Bij “projectie” ziet men een emotie niet bij zichzelf maar juist bij anderen terug. Bij “verplaatsing” of “verschuiving” wordt een gevoelservaring gericht op iets of iemand anders dan de feitelijke bron voor de spanning. Bij “reactieformatie” probeert men het gevoel te omzeilen door een andere emotie op te roepen, of door iets af te reageren zodat een andere emotie centraal komt te staan. Bij “compensatie” wordt een negatieve emotie genegeerd door zich op iets positiefs te richten. Bij “rationalisatie” wordt het gevoel weggeredeneerd. Afweermechanismen kunnen worden beschouwd als strategieën van het ego om de spanningen tussen het superego en het id te hanteren. De wijze waarop dit gebeurt, is soms meer cognitief zoals bij rationalisatie en soms meer affectief, bijvoorbeeld bij reactieformatie (Pieper 2012).

De bestudering van afweermechanismen is volgens Lazarus en Folkman (1984) verder ontwikkeld door onder andere Menninger (1963), Haan (1977) en Valliant (1977). Haan (1977) is van mening dat er bij “afweer” sprake is van een vervorming van de realiteit, terwijl men bij “coping” een correcter beeld van de werkelijkheid heeft, waardoor het mogelijk wordt om accurater te handelen. Coping wordt dus over het algemeen als een bewust proces van aanpassing gezien, terwijl “afweer” verwijst naar onbewuste processen van angstreductie (Cramer 2000). Bij het laatste verschijnsel gaat het om het afweren van de angst die te maken heeft met innerlijke conflicten, die men zich niet of nauwelijks bewust is. Coping wordt daardoor wel als een gezonde reactie en “afweer” juist als een ongezonde reactie op stress beschouwd.

Lazarus & Folkman (1984) zijn echter van mening dat het onjuist is om coping altijd als effectief en succesvol te zien en “afweer” als pathologisch en schadelijk voor het welzijn, omdat dit immers afhangt van de personen waarom het gaat en de specifieke context en de omstandigheden waarin zij zich bevinden:

To determine the effectiveness of coping and defense processes, one must be open minded to the possibility that both can work well or badly in particular persons, contexts or occasions (Lazarus & Folkman 1984: 133).

Ontkenning kan als het een reactie is op de mededeling dat men een ernstige ziekte heeft, iemand ondersteunen om de moed niet te verliezen. Deze reactie kan echter schadelijk zijn, als men hierdoor afziet van medische behandelingen die levensreddend kunnen zijn (Lazarus 1999; Pargament 1997).

Kortom, coping is een complex proces waarbij veel verschillende variabelen een rol spelen. In de volgende paragraaf wordt het onderzoeksinstrument toegelicht dat door Lazarus en Folkman (1988) is ontwikkeld om coping te meten. Daarnaast worden er enkele recentere onderzoeksresultaten over het verschijnsel coping behandeld.

2.2.2. Onderzoeksinstrumenten en onderzoeksresultaten met betrekking tot stress en coping

Sinds de publicatie van de studie van Lazarus & Folkman (1984) is er veel onderzoek verricht naar coping. Een onderzoeksinstrument dat daarvoor door Folkman & Lazarus (1988) is ontwikkeld, is de “*Ways of Coping Questionnaire*”. Wij zullen dit onderzoeksinstrument in het kort toelichten omdat de items van deze vragenlijst een beeld geven van de wijze waarop Folkman & Lazarus (1988) coping hebben geoperationaliseerd. Zij maken daarbij een tweedeling in enerzijds extern gerichte en anderzijds intern gerichte copingstrategieën (Lazarus 1999).

A. Extern gerichte copingstrategieën

De extern gerichte copingstrategieën worden door Folkman & Lazarus (1988) onderverdeeld in de volgende drie vormen van coping, namelijk: (1.) confronterende coping; (2.) planmatige probleemoplossing en (3.) het zoeken van sociale steun. Bij de strategie "confronterende coping" (*confrontive coping*) gaat het in de vragenlijst om items als: "*Stood my ground and fought for what I wanted*"; "*Tried to get the person responsible to change his or her mind*" en "*I expressed anger to the person(s) who caused the problem*". Bij deze vorm van coping gaat het dus om het expliciteren van de eigen wensen en belangen naar de betrokken. Voor het meten van "planmatige probleemoplossing" (*planful problem solving*) zijn er items geformuleerd zoals: "*I made a plan of action and followed it.*" Het "zoeken van sociale steun" (*seeking social support*) is geoperationaliseerd met behulp van vragen zoals: "*Talked to someone who could do something concrete about the situation.*"

B. Intern gerichte copingstrategieën

Folkman & Lazarus (1988) onderscheiden bij intern gerichte coping de volgende vijf strategieën: (1.) zelfcontrole; (2.) het accepteren van de verantwoordelijkheid ten aanzien van het probleem; (3.) afstandnemen; (4.) ontsnapping/vermijding en (5.) positieve herinschatting/herinterpretatie.

Het begrip "zelfcontrole" (*self-controlling*) wordt geoperationaliseerd met items zoals: "*I tried to keep my feelings to myself*", en "*Kept others from knowing how bad things were.*" Het "accepteren van de verantwoordelijkheid ten aanzien van een stressvolle situatie", is meetbaar gemaakt met behulp van items zoals: "*Realized I brought the problem to myself*" en "*Criticized or lectured myself*". Het gaat hierbij dus om het reflecteren over het eigen aandeel ten aanzien van een probleem. Bij "afstandnemende coping" (*distancing*), is er sprake van het hanteren van de situatie door er minder aandacht aan te besteden. Het gaat bij dit onderdeel om een item zoals: "*Tried to forget the whole thing*". Het onderdeel: "ontsnapping/vermijding" (*escape-avoidance*), verwijst naar items zoals "*Hoped a miracle would happen*" en "*Avoided being with people in general*". Tot slot onderscheiden Folkman & Lazarus (1988) een strategie, namelijk "positieve herinschatting" (*positive reappraisal*), die gemeten wordt met behulp van twee items: "*Changed or grew as a person in a good way*" en "*Found new faith*".

Dit onderzoeksinstrument de "*Ways of Coping Questionnaire*" van Folkman & Lazarus (1988) is vervolgens door veel onderzoekers gebruikt om bij verschillende onderzoekspopulaties de manieren van coping vast te stellen.

Binnen de Nederlandse context hebben Van Uden, Pieper, Van Eersel, Smeets & Van Laarhoven (2009) van dit instrument gebruik gemaakt bij het ontwikkelen van een analyseschema van de verschillende copingstrategieën die

door kankerpatiënten gebruikt worden. Deze onderzoekers hebben daarvoor de indeling van Folkman & Lazarus (1988) aangevuld met onderzoek van Carver, Schreier & Weintraub (1989) en het onderzoek van Oosterwijk (2004) naar de coping van kankerpatiënten in Nederland. Omdat wij in deze studie dit copingstrategieënschema van Van Uden et al. (2009) als uitgangspunt voor het analyseren van de kwalitatieve data hebben genomen, lichten wij de door deze onderzoekers gerubriceerde patronen in copingstrategieën hier in het kort toe.

De copingstrategieën die Van Uden et al. (2009) formuleren, zijn geclusterd in de volgende rubrieken, namelijk: (1.) probleemconfrontatie; (2.) probleem-relativering; (3.) ondersteuning; (4.) positieve herinterpretatie en (5.) probleem-ontkenning en probleemvermijding.

1. Probleemconfrontatie

Bij “Probleemconfrontatie” gaat het om copingstrategieën die verwijzen naar de verschillende stappen die mensen ondernemen om het probleem te gaan oplossen. Het gaat bijvoorbeeld over het actief aanpakken van het probleem of het nemen van de verantwoordelijkheid om het probleem te gaan oplossen. Verder kan gedacht worden aan: plannen maken, opschorten van afleidende activiteiten en een oorzaak zoeken.

2. Probleemrelativering

In de rubriek “Probleemrelativering” gaat het volgens Van Uden et al. (2009) om strategieën zoals afleiding zoeken; afstand nemen; het uitstellen van handelen; of de inschatting dat de eigen situatie beter is dan die van anderen (neerwaartse sociale vergelijking). Er kan ook sprake zijn van het relativeren van het probleem door humor, het helpen van anderen, het afleiding zoeken door te mediteren, te lezen, het genieten van kunst, of het maken van muziek, of het naar muziek luisteren.

3. Ondersteuning

De rubriek “Ondersteuning” verwijst naar het inschakelen van steun. Van Uden et al. (2009) maken daarbij een onderscheid tussen instrumentele sociale ondersteuning, emotionele sociale ondersteuning, professionele ondersteuning en tot slot algemene sociale ondersteuning.

4. Positieve herinterpretatie

Bij de rubriek “Positieve herinterpretatie” zijn copingstrategieën ondergebracht die in verband staan met het geven van een positieve betekenis aan een gebeurtenis die stress oproept. Van Uden et al. (2009) onderscheiden daarbij het geven van een positieve betekenis aan een gebeurtenis (positieve herwaardering), het expliciteren

van eigen krachten, het geven van een positieve wending aan het probleem, het aanvaarden, berusten en loslaten van het probleem en ten slotte zelfcontrole/"*self-directing*".

5. Probleemontkenning en probleemvermijding

Deze rubriek geeft copingstrategieën aan die verwijzen naar het ontkennen of het vermijden van het probleem. Het gaat hierbij dus om reacties die te maken hebben met de copingdimensie: "*avoidance/escape*". Van probleemontkenning en -vermijding is volgens Van Uden et al. (2009) bijvoorbeeld sprake als de probleemsituatie wordt ontkend, vermeden of wordt gebagatelliseerd. Het kan ook gaan om het protesteren of het zich afzetten tegen een situatie of persoon. Er kan sprake zijn van doemdenken, de inschatting dat de eigen situatie slechter is dan die van anderen (opwaartse sociale vergelijking). Men kan ook het oplossen van problemen vermijden door de inspanning op te geven om iets aan de situatie te doen, of men kan probleemconfrontatie uitstellen of uit de weg gaan door bijvoorbeeld het gebruik van verdovingsmiddelen zoals alcohol of drugs.

Als het gaat om de inzichten die het copingonderzoek heeft opgeleverd is een overzicht van Folkman & Moskowitz (2000: 647-654) relevant, waarin deze onderzoekers de resultaten van dertig jaar onderzoek naar het verschijnsel coping weergeven.

Ten eerste hebben onderzoekers volgens Folkman en Moskowitz (2000) lange tijd onder invloed van de ego-psychologische benadering die zich na Freud heeft ontwikkeld, te veel nadruk gelegd op de invloed van angst bij het optreden van spanningen. Daardoor is er te weinig onderzoek verricht naar de rol van positieve emoties bij het reduceren van stress, zoals dankbaarheid, enthousiasme, hoop, vertrouwen of opluchting.

Ten tweede toont onderzoek volgens Folkman & Moskowitz (2000) aan dat het zinvol is om aandacht te besteden aan hoe mensen de kenmerken van de stressgevende situatie inschatten. Volgens Carver & Scheier (1999) ervaren personen die snel angstig, argwanend of pessimistisch zijn een situatie ook sneller als bedreigend dan personen met een optimistische en open attitude. Dit kan in verband staan met verschillen in persoonskenmerken zoals de mate van neuroticisme (Park & Slattery 2015; Piedmont & Wilkins 2015).

Ten derde verschillen individuen van elkaar in hun vermogen om adequaat op stressvolle omstandigheden te reageren. Volgens Folkman & Moskowitz (2000) blijkt uit jarenlang onderzoek naar coping dat persoonskenmerken zoals optimisme, neuroticisme en extraversie een belangrijke rol spelen bij het omgaan met stress. Zell & Baumeister (2015) wijzen op het vermogen om zichzelf te kunnen beheersen.

Zo kan iemand door zelfcontrole verleidingen weerstaan, zichzelf afleiden, een stemming veranderen, vermoeidheid overwinnen, of acties gaan ondernemen (Zell & Baumeister 2015: 499).

Een interessante studie naar het verschijnsel kwetsbaarheid in relatie tot veerkracht is het onderzoek van Simeon, Yehuda, Cunill, Knutelska, Putman & Smith (2007). In deze studie worden de verschillen in kwetsbaarheid (*vulnerability*) en veerkracht (*resilience*) in verband gebracht met verschillen in persoonskenmerken en de mate waarin iemand in het verleden bloot is gesteld aan incidentele, of chronische, stressgevende omstandigheden. Deze onderzoekers geven aan dat gezien vanuit de hechtingstheorie van Bowlby (1973) psychische veerkracht bevorderd kan worden door de veilige hechting aan minimaal één belangrijke volwassene. Het opgroeien binnen een veilige hechtingsrelatie betekent immers dat iemand heeft ervaren dat eventuele stress door de aandachtvolle zorg van een volwassene vermindert, waardoor er een basishouding van vertrouwen kan ontstaan. Deze liefdevolle aandacht kan ook een rol spelen bij het ontwikkelen van zelfwaardering (*self-esteem*) en incasseringsvermogen. Zelfwaardering kan later fungeren als een buffer tegen stress. Als er echter vanaf de geboorte sprake geweest is van situaties die aanleiding hebben gegeven voor spanningen die niet door de zorg van een betrouwbare volwassene zijn weggenomen, bestaat er de kans dat iemand innerlijke onvrede en gevoelens van onzekerheid, angst, wanhoop, boosheid of wrok heeft ontwikkeld (Simeon et al. 2007). Dit kan zich later mogelijk uiten in kwetsbaarheid en bijdragen aan het ontwikkelen van psychopathologie.

Ten vierde wordt coping volgens Folkman & Moskowitz (2000) beïnvloed door de hulpbronnen, -het copingrepertoire-, waarover iemand kan beschikken. Sommige hulpbronnen zijn beter dan andere. Ook Lazarus (2000) legt een verband tussen het succes van de coping en de kwaliteit van de hulpbronnen die iemand kan inzetten om een situatie het hoofd te bieden. Zoals al is aangegeven, zijn deze hulpbronnen in zijn visie nauw verbonden met de specifieke historische, sociaal-economische en culturele context waarbinnen iemand leeft.

Het beschikken over adequate hulpbronnen kan in verband worden gebracht met het begrip “sociaal kapitaal” waarmee de socioloog Bourdieu (1993) de middelen aanduidt waarover iemand binnen een samenleving kan beschikken om zo effectief mogelijk invloed te kunnen uitoefenen over de eigen levensomstandigheden. “Sociaal kapitaal” is volgens Bourdieu (1993) nauw verbonden met de klassenpositie die iemand in de maatschappij inneemt. Deze positie heeft invloed op verschillende factoren, zoals de kwaliteit van de hulpbronnen oftewel de copingstrategieën die door generaties tijdens het socialisatieproces worden overgedragen; de kwaliteit van de opleiding en het opleidingsniveau; het arbeidsperspectief; het inkomensniveau; de kwaliteit van het sociale netwerk

waarover men beschikt en de machtspositie die iemand binnen een samenleving kan verwerven (zie ook Elias & Scotson 1976).

Pargament (1997) is van mening dat daarnaast ook een religie een belangrijk rol in het copingproces kan spelen. In de volgende paragraaf worden de theoretische achtergronden behandeld rondom het “religieuze coping” concept van onder andere Pargament (1997).

2.3. Theorie en onderzoek met betrekking tot religieuze coping

In deze paragraaf wordt eerst in subparagraaf 2.3.1. de theorievorming over religieuze coping behandeld, met name zoals deze door Pargament (1997) is ontwikkeld. Pargament (1997) heeft uitgebreid onderzoek verricht en theorie ontwikkeld over de rol van religie bij het hanteren van problemen. In deze paragraaf geven wij de theoretische achtergronden weer waarop de religieuze copingtheorie van Pargament (1997) is gebaseerd. In paragraaf 2.3.2. worden onderzoeks-instrumenten die ontwikkeld zijn om religieuze coping te meten behandeld. Daarbij wordt ook aandacht besteed aan Nederlands onderzoek naar religieuze coping.

2.3.1. Theorievorming ten aanzien van religieuze coping van Pargament (1997)

Volgens Pargament, Ano & Wachholtz (2005) hebben psychologen, psychotherapeuten en psychiaters religieuze coping lange tijd in navolging van Freud vooral als een inadequate strategie voor probleemhantering beschouwd, als een soort van afweermechanisme. De gangbare visie onder hulpverleners is lange tijd geweest dat mensen met hulp van religie hun angsten bedwingen en dat zij op die manier de confrontatie met de realiteit vermijden. Religie kan dan worden beschouwd als een vlucht uit de realiteit. Daartegenover staat de positieve benadering van Pargament (1997): religie gezien als bron voor zingeving, troost en hoop.

2.3.1.1. Religie gezien als vlucht uit de realiteit

Freud (1930/1965) heeft vanuit zijn historische en maatschappelijke context religie vooral gezien als een vlucht uit de realiteit. Mensen hebben in zijn opvatting de neiging om hun leed met hulp van religieuze voorstellingen en handelingen te ontkennen, te ontwijken, te verdringen of te bezweren. Op deze wijze zijn zij in staat om hun existentiële angsten en onzekerheden te beheersen. Maar onder invloed van hun religieuze interpretaties verliezen zij het zicht op de realiteit, waardoor zij niet goed in staat zijn om hun problemen onder ogen te zien. Dit verhindert hen om hun situatie te veranderen. Freud (1930/1965) ziet religie dus als een reactie op menselijk

lijden, als een illusie en vorm van irrationeel, magisch denken. Het uitvoeren van religieuze rituelen, zoals bidden vergelijkt Freud (1907/1973) bijvoorbeeld met vormen van dwangmatig handelen. Freud (1930/1965) denkt dat de wetenschap en de psychoanalyse in het bijzonder een beter alternatief bieden om de stress te verminderen waarmee de mens tijdens het leven te maken krijgt. Daarbij richt hij zich vooral op stress die verband houdt met innerlijke spanningen.

Freud (1930/1965) beschouwt religie als één van de vele middelen die mensen gebruiken om de hardheid van hun bestaan te verzachten, als een middel om te ontsnappen aan de werkelijkheid waarin men leeft. Deze opmerkingen van Freud (1930/1965) sluiten aan bij wat Karl Marx (1844) bijna een eeuw eerder over de rol van religie opmerkt, namelijk dat religie als verdovingsmiddel -opium van het volk- fungeert:

Religious suffering is, at the same time, the expression of real suffering and a protest against real suffering. Religion is the sigh of the oppressed creature, the heart of a heartless world, and the soul of soulless conditions. It is the opium of the people (Marx, K. geciteerd bij Park & Slattery 2015: 540).

Karl Marx (1844) verwijst in deze uitspraak naar de rol die religie kan spelen in het leven van mensen die vanwege hun klassenpositie worden geconfronteerd met maatschappelijk onrecht, ongelijkheid en onderdrukking. Door hun maatschappelijk lijden op religieuze wijze te uiten, hebben zij volgens Marx (1844) een uitlaatklep voor het leed waarmee zij dagelijks worden geconfronteerd. Marx (1844) noemt religie opium van het volk, omdat religie in zijn ogen een verdovende werking heeft, waardoor onderdrukten er van afzien om zich tegen onrechtvaardige maatschappelijke verhoudingen te verzetten. Hij gelooft echter wel dat religie de harde realiteit van hun bestaan verzacht, als zij geloven dat hen een beter bestaan in het hiernamaals wacht.

De visie van Freud (1930/1965) dat individuen door hun religie de realiteit uit het oog verliezen waardoor innerlijke spanningen blijven bestaan, wordt door Pargament (1997; 2007) en Park (2005 zie ook Pargament & Park 1995) ter discussie gesteld. Pargament & Park (1995) zijn van mening dat de opvattingen van Freud over religie niet gebaseerd zijn op empirisch onderzoek en dat zijn visie onvoldoende recht doet aan de rijkdom, de complexiteit en het zingevend en motiverend vermogen van religiositeit.

2.3.1.2. Religie gezien als bron van zingeving, troost en hoop

In tegenstelling tot Freud (1930/1965) vinden Park (2005) en Pargament (2007) juist wel dat mensen baat hebben bij hun religie. Als men met moeilijke omstandigheden wordt geconfronteerd, kunnen religieuze oriëntaties veel troost en houvast bieden. Religies bieden: *“a way to come to terms with tragedy, suffering, and the most significant*

issues of life (Pargament 1997: 3)". Dit geldt vooral als mensen geconfronteerd worden met ingrijpende gebeurtenissen waaraan zij geheel zijn overgeleverd (Frankl 1986; 2008; Folkman & Moskowitz 2000). Een religieus oriëntatiesysteem kan volgens Pargament (1997) aanzetten tot de religieuze herwaardering van een gebeurtenis; het oproepen van positieve religieuze emoties, zoals hoop en dankbaarheid; het uitvoeren van religieuze rituelen die troost geven; het vinden van een nieuwe levensdoelen en of het bijdragen aan het welzijn van anderen. Volgens Pargament, Falb, Ano & Wachholtz (2015) is religie dus meer dan een vermijdingsmechanisme, omdat een religieus oriëntatiesysteem en het uitvoeren van religieuze praktijken juist ondersteunen om omstandigheden onder ogen te zien en deze vanuit een religieus perspectief te aanvaarden.

2.3.1.3. *Religie gezien vanuit de religieuze copingtheorie*

In zijn boek: *"The psychology of religion and coping"*, zet Pargament (1997) zijn theorie over de rol van religie binnen het copingproces uiteen. Uit de theorievorming en het onderzoek naar religieuze coping blijkt dat het begrip "religieuze coping" verwijst naar een gelaagd en complex proces, waarbij religieuze oriëntaties en praktijken zowel schadelijke als helende effecten op het psychisch welzijn kunnen uitoefenen (Park 2005; Pargament 2007). Vanuit het religieuze copingparadigma kijkt men (Pargament et al. 2005) naar de verschillende manieren waarop mensen hun religie benutten om de emoties te hanteren die opgeroepen worden door een crisissituatie. Het gaat daarbij dus vooral om vormen van emotiegerichte coping. Vanuit de religieuze copingtheorie wordt religie daarom wel als een buffer tegen stress beschouwd. Religie kan echter meer zijn dan alleen een bescherming tegen spanningen. Een religieus oriëntatiesysteem heeft volgens Pargament (1997; 2007) een meerwaarde omdat het leven er op allerlei manieren zinvoller door kan worden. Ook kan het religieuze domein een alternatieve, sacrale wereld bieden waarin men geheel op kan gaan, waardoor men minder snel geraakt wordt door de buitenwereld.

Pargament (1997) beschrijft in zijn boek de rijke variëteit aan religieuze gedachten, gevoelens en handelingen die mensen in tijden van nood gebruiken. Hij stelt daarbij vragen over de wijze waarop mensen hun geloof in een crisis aanwenden, wat de doelen, de functies, de vormen en de effecten van religieuze coping zijn en op welke wijze er binnen de hulpverlening beter gebruik gemaakt kan worden van religieuze coping. Deze laatste benadering werkt (Pargament 2007) verder uit in het boek *"Spiritually integrated Psychotherapy. Understanding and addressing the sacred"*.

Wij behandelen eerst de positieve effecten die een religieus oriëntatiesysteem volgens Pargament kan hebben, vervolgens gaan wij in op de kracht die uit

kan gaan van rituelen. Daarna geven wij weer wat er vanuit de religieuze copingtheorie gezegd is over individuele verschillen in stressgevende omstandigheden, persoonskenmerken, de context waarbinnen men leeft en tot slot gaan wij in op de negatieve effecten van religiositeit namelijk “*religious distress*”.

Religieuze coping en de positieve effecten van een religieus oriëntatiesysteem

Volgens Pargament (1997; 2007) maken religies het leven bijzonder vanwege de verbinding met dat wat als heilig en van hoge waarde wordt beschouwd:

The sacred speaks to our deepest dreams and aspirations, the truths we hold to be timeless, our sense that there is something that lies beyond our everyday experience, and our most fundamental assumptions about why we are there, how we should live our lives, and what if anything we leave behind (Pargament 2007: 343).

De meeste religies bieden hun volgers zowel adviezen als levenswijsheid en een routekaart om hun eigen leven en dat van anderen zinvoller te maken. Religies geven houvast vanwege de duidelijke verklaringen en richtlijnen voor gedrag. Zo kan men het leven beter begrijpen en weet men wat men moet doen en laten. Veel religies bieden een ethisch kader om het eigen gedrag en dat van anderen te beoordelen en te veranderen. Zij geven aanwijzingen over hoe men moet omgaan met het heilige, zichzelf, de medemens, de natuur, ruimte en tijd. Veel religies geven aanwijzingen voor alle gebieden van het menselijk bestaan. Zij schrijven bijvoorbeeld voor hoe mensen met elkaar moeten leven, hoe zij moeten eten, drinken, werken, bewegen, zich voortplanten, liefhebben, helpen, genieten, rouwen en geschillen moeten bijleggen. Religies beïnvloeden dus de wijze waarom mensen met hun directe leefomgeving omgaan. Zij hebben invloed op hoe men de medemens benadert, hoe men opvoedt, hoe men bijdraagt aan een gemeenschap, hoe men zich tegen anderen kan beschermen en hoe men met tegenslag en leed kan omgaan. Dit geeft mensen zowel in hun dagelijks leven als in moeilijke tijden veel houvast. Daardoor hebben zij het gevoel minder overgeleverd te zijn aan oncontroleerbare, bedreigende omstandigheden.

Pargament (1997) geeft aan dat religies zich onderscheiden van niet religieuze betekenisssystemen door de verbinding met het sacrale. Door deze verbinding wordt de werkelijkheid op een andere wijze beleefd, ontstaan er andere ervaringen en worden gebeurtenissen voorzien van speciale, waardevolle betekenissen. Door deze verbinding met het sacrale op belangrijke momenten met anderen te beleven en te verkennen kunnen er sterke emoties en motivaties ontstaan waardoor sociale verbanden bekrachtigd worden (Durkheim 1915/2003). In veel religies maakt men daarbij gebruik van rituelen. Zo ondersteunen overgangsrituelen (*rites de passage*) die in groepsverband worden uitgevoerd bij het hanteren van

ingrijpende veranderingen in levensfase of verlies (Pargament et al. 2015). Ook de cultureel antropoloog Geertz (1972) wijst op het belang van religie als betekenisgevend systeem van symbolen dat krachtige, indringende, langaanhoudende gevoelstoestanden en motivaties kan oproepen:

A religion is a system of symbols which acts to establish powerful, pervasive and long-lasting moods and motivations in men by formulating conceptions of a general order of existence and clothing these conceptions with such an aura of factuality that the moods and motivations seem uniquely realistic (Geertz 1972: 168).

Religies kunnen innerlijke groei stimuleren en bijdragen aan de bevordering van fysieke gezondheid, intimiteit en het creëren van een betere wereld (Pargament 1997: 168). Kortom, religie kan veel verschillende psychologische en sociale functies vervullen. Maar de rol die religie binnen het copingproces speelt, is volgens Pargament (1997) afhankelijk van verschillende factoren, zoals de specifieke kenmerken van de gebeurtenis, de persoonskenmerken en de specifieke context waarmee men te maken heeft. Wij zullen dit nader toelichten.

Religieuze coping en het hanteren van moeilijke levensomstandigheden

Onder welke omstandigheden doet men eerder een beroep op religieuze coping dan op andere manieren van coping? Volgens Pargament (1997) wordt religieuze coping vooral aangewend als andere manieren van coping geen verlichting bieden. Dit geldt vooral bij de confrontatie met ingrijpende, ernstige gebeurtenissen waarmee men geen raad weet, zoals ingrijpende verlieservaringen, confrontatie met ziektes en de dood, rampen, ongelukken, geweld of bedreigende conflicten. Juist op dergelijke crisismomenten geven religieuze oriëntaties steun omdat zij houvast bieden. Op dergelijke ingrijpende, moeilijke momenten kunnen religieuze oriëntaties en praktijken helpen om weerstand te bieden tegen gevoelens van angst, onzekerheid, wanhoop en neerslachtigheid. Pargament (1997) benadrukt dat mensen juist door de confrontatie met verlies en pijn beseffen wat voor hen persoonlijk de waarde is van hun religie. Zij kunnen er antwoorden vinden op diepere levensvragen en er zin, troost en vertrouwen aan ontleen. Zo kunnen zij hun eigen persoonlijk leed overstijgen. Vanuit hun zoektocht naar zingeving wordt duidelijk wat zij echt waardevol vinden en wat niet. Daarbij kan men zich volgens Pargament (1997) richten op het integreren van gebeurtenissen binnen een bestaand religieus referentiekader of zoeken naar nieuwe wegen van religiositeit en zingeving. Zo kan men vanuit religieuze motivatie besluiten om het eigen leven ingrijpend te veranderen en streven naar innerlijke groei en transformatie.

Diversiteit in religieuze coping en individuele kwetsbaarheid

Individen verschillen onderling in de wijze waarop zij in noodsituaties een beroep doen op religieuze oriëntaties. Mensen hanteren volgens Park & Paloutzian (2015) allerlei verschillende betekenissystemen om de werkelijkheid waarin zij leven te begrijpen. Religieuze oriëntaties maken daarvan onderdeel uit. Vooral degenen met een sterke religieuze oriëntatie verkrijgen daar veel persoonlijke voldoening, zelfvertrouwen en doorzettingsvermogen van volgens Emmons & Schnitker (2015). Als zij met moeilijke omstandigheden worden geconfronteerd, beschikken zij over een omvangrijk en betekenisvol religieus referentiekader waarmee zij hun persoonlijke problemen kunnen hanteren.

Individen verschillen ook in psychische kwetsbaarheid. De relatie tussen religie en psychisch welzijn is uiterst complex. Volgens Park en Slaterry (2015) blijkt uit onderzoek dat religiositeit bij degenen met psychische problemen zowel hun spanningen kan vergroten als kan bijdragen aan hun herstel. Binnen de psychiatrie staat vaak vooral de relatie tussen religie en psychopathologie centraal (Turner et al. 1995; Meekeren et al. 2002; Borra et al. 2002; Miller & Kelly 2005; Lukoff et al. 2011; Verhagen et Van Megen 2012). Men wijst dan op ongezonde vormen van religiositeit, waarbij het psychische lijden wordt vergroot door bijvoorbeeld een bovenmatig streng Godsbeeld (Rizutto 2001), obsessieve religieuze gedachten of dwangmatige handelingen (Freud 1907/1973). Er zijn volgens Park & Slaterry (2015) echter ook positieve factoren van religiositeit, zoals sociale steun, een sterke sociale identiteit, religieuze richtlijnen, vergeving, een positieve relatie met God, een gevoel van transcendentie of heiligheid, religieuze bronnen en copingstrategieën, religieuze praktijken, positief affect, zingeving, emotieregulatie en een geloof in het hiernamaals.

In het onderzoek binnen de geestelijke gezondheidszorg in Nederland door Van Uden & Pieper (2005); De Vries-Schot (2006; 2008) en Van Uden et al. (2014) zijn er zowel positieve als negatieve effecten van religiositeit op de psychische gezondheid aangetoond. Van Uden et al. (2014) geven aan dat in Nederland de meeste psychiatrische patiënten die aan verschillende onderzoeken naar religieuze coping hebben deelgenomen, vinden dat hun religie een positieve invloed heeft op hun problemen. Religie helpt hen bij het vinden van betekenis en zin, of geeft hen sociale steun. Bij degenen die hun religie meer als negatief ervaren, is er sprake van het gebrek aan religieuze houvast, schuldgevoelens of het gevoel minderwaardig en nietig te zijn.

In het onderzoek door Pieper & Van Uden (2012) onder katholieke psychiatrische patiënten in Heerlen blijkt een persoonlijke band met God vaak een positieve werking te hebben. Ook bij onderzoek onder psychiatrische patiënten in Zwolle blijkt een persoonlijke band met God gunstig voor het psychische welzijn van deze

patiënten. Ook orthodox gereformeerden en trouwe kerkgangers zijn van mening dat zij bij het hanteren van hun problemen baat hebben bij hun religie (Pieper & Van Uden 2012). Deze bevindingen komen overeen met het onderzoek van De Vries-Schot (2006; 2008) naar gezonde vormen van religiositeit binnen de hulpverlening en psychiatrie. Zingeving en geloofsgroei kunnen van betekenis zijn bij de hulp aan gelovige psychiatrische patiënten, omdat zij hieruit kracht en troost kunnen putten.

Religieuze coping en de invloed van de context

Volgens Pargament (1997) heeft ook de context waarbinnen men leeft invloed op de wijze waarop het religieuze copingproces vorm krijgt. Mensen worden beïnvloed door de tijd, plaats, cultuur en samenleving waarin zij leven. Veranderingen in opvattingen, waarden, normen, gebruiken, materiële en immateriële omstandigheden beïnvloeden religieuze oriëntaties, praktijken en coping.

Religie kan van grote betekenis zijn in een context waarin mensen met veel structurele problemen geconfronteerd worden. Park & Slattery (2015) wijzen op de beschermende functie van religie, waardoor maatschappelijk kwetsbare en gemarginaliseerde individuen weerstand kunnen bieden tegen de moeilijke omstandigheden waarmee zij in dagelijks leven te maken hebben. Door hun geloofsovertuiging, hun relatie met God, hun religieuze praktijken en de steun vanuit hun geloofsgemeenschap kunnen zij zichzelf beschermen tegen angsten, wanhoop en ontreddering. Doordat zij zich door God gewaardeerd weten, kunnen zij een positief zelfbeeld behouden, ongeacht de maatschappelijke afkeuring, stigmatisering en buitensluiting die hen ten deel valt. Zo kunnen zij onder structureel moeilijke omstandigheden overleven. Daarbij kan de relatie met een God een belangrijke rol spelen, zoals blijkt uit het onderzoek in de Verenigde Staten van Mattis (2002) onder gemarginaliseerde zwarte vrouwen.

De vrouwen uit dit onderzoek hechten veel waarde aan de verbinding met een in hun ogen krachtgevende en ondersteunde God. Door deze positieve relatie met God weten zij weerstand te bieden tegen hun dagelijks terugkerende problemen, zoals structurele armoede, gezinsconflicten, huiselijk geweld, criminaliteit en discriminatie. Hoewel deze vrouwen veel traumatische gebeurtenissen hebben meegemaakt, weten zij hun wanhoop te bestrijden, omdat zij veel tot God bidden en dan een beroep op Hem doen. In hun beleving is God wijs, almachtig en betrokken. Hij helpt hen om door te zetten, waardoor zij de moed niet verliezen (Mattis 2002). Door Gods hulp gaan zij anders naar hun problemen kijken. Met behulp van positieve religieuze herwaardering transformeren zij hun traumatische ervaringen in verhalen die hun gevoel van zelfwaardering versterken (Mattis 2002). Zij zijn daarnaast van mening dat God hen zowel emotionele als instrumentele steun geeft. Door Zijn hulp ontmoeten zij mensen die hen moed inspreken of die hen

financieel bijstaan. Zij hebben ook veel aan de steun van geloofsgenoten tijdens kerkelijke bijeenkomsten.

Volgens het onderzoek van Griffith & Mahy (1984 bij Breslin & Lewis 2008: 17) beschermen sociaal kwetsbare groepen hun zelfbeeld, door de waardering die zij maatschappelijk gezien moeten ontberen bij God te zoeken. Dit noemen zij een op God gebaseerde vorm van zelfwaardering (*God based form of self-esteem*). Deze relatie tussen een positieve zelfwaardering en het gewaardeerd worden door God, wordt ook door Magee (1994, bij Breslin & Lewis 2008) naar voren gebracht. Uit onderzoek blijkt dat als religieus georiënteerde personen het idee hebben dat God hen waardevol vindt, zij zichzelf ook meer waarde toekennen.

Religieuze coping en de negatieve effecten van religiositeit: religious distress

Ten slotte wijst Pargament (1997; 2007) er op dat hoewel religie op allerlei manieren op positieve wijze kan bijdragen aan het hanteren van spanningen en het persoonlijk welzijn, er ook negatieve effecten bestaan (*religious distress*). Religie kan als stressor fungeren, door de wijze waarop men de eigen religie interpreteert, praktiseert en deelt met anderen. Zo kan er bijvoorbeeld sprake zijn van religieuze twijfel en onzekerheid:

Many people experience uncertainty and doubt about spiritual matters. They may question their own ultimate value, efficacy, or spiritual purpose in life (Hill, 2001). Or they may have serious doubts about their religious traditions (Pargament 2007: 112).

Pargament (2007) maakt een onderscheid tussen drie vormen van religieuze strijd, namelijk: (1.) interpersoonlijke, dit wil zeggen religieuze conflicten met anderen; (2.) intrapsychische problematiek en (3.) ten aanzien van de relatie met het religieuze bijvoorbeeld de relatie met God.

Ten eerste kunnen er volgens Pargament (2007) conflicten met anderen over religieuze opvattingen en praktijken optreden, zoals bijvoorbeeld met gezinsleden, familie, vrienden of leden van de geloofsgemeenschap. Daardoor kan men zich buitengesloten, onbegrepen of onrechtvaardig behandeld voelen. Het buitengesloten worden door de eigen geloofsgemeenschap kan bij leden van hechte religieuze netwerken gepaard gaan met gevoelens van eenzaamheid, minderwaardigheid, wanhoop en ontreddeiding.

Ten tweede noemt Pargament (2007) religieuze spanningen in verband met intrapsychische problematiek. Dergelijke spanningen kunnen optreden als er onvrede en innerlijke strijd ontstaat, omdat men faalt om zich aan de eigen morele religieuze principes te houden (Exline & Rose 2015). Men kan zich zorgen maken over de eigen religieuze inspanningen of de zonden die men heeft begaan en gekweld worden door wroeging, omdat men niet leeft volgens religieuze idealen.

Ook kan iemand onder invloed van innerlijke psychische processen, waardoor bijvoorbeeld somberheid, onvrede, angst of onzekerheid toenemen, gaan twijfelen aan religieuze zekerheden. Men verliest dan houvast doordat men vragen stelt bij de bedoelingen van God, Zijn aanwezigheid en het bestaan van hemel en hel. Men kan gekweld worden door hoe men God werkelijk beleeft of door innerlijke religieuze strijd. Men kan zich psychisch en fysiek uitputten door vanuit een behoefte aan boetedoening religieuze geboden en verboden te streng of op dwangmatige wijze na te leven. Hierdoor kunnen gevoelens van minderwaardigheid, onveiligheid, wanhoop, angst, schaamte en schuld toenemen.

Ten derde kunnen er volgens Pargament (2007) spanningen ontstaan rondom de relatie met de kracht die men als goddelijk beschouwt. Het kan stress oproepen als iemand die de relatie met God belangrijk vindt, meent dat God hem of haar negeert, veroordeelt, straft of niet beschermt. Men kan dan het gevoel hebben dat men door God aan zijn lot wordt overgelaten of dat God nare gebeurtenissen laat plaatsvinden om als vorm van straf. Iemand kan teleurgesteld zijn in God, of boos, of er kunnen twijfels bestaan over Zijn liefde, belangstelling of invloed. Men kan zich zorgen maken als het ideale, positieve beeld van God niet overeenkomt met hoe men God in werkelijk beleeft, waardoor schuldgevoelens naar God kunnen toenemen (Schaap-Jonker, Eurelings-Bontekoe & Luyten 2012).

Uit het overzicht van het onderzoek naar religieuze en spirituele strijd door Exline & Rose (2015) blijkt dat er verbanden zijn aangetoond tussen religieuze strijd en *“emotional distress”*. De vraag daarbij is waardoor de gevoelens van onbehagen ontstaan. Volgens het onderzoek binnen de Nederlandse psychiatrie vanuit de DSM IV door Schaap-Jonker et al. (2012) kan psychopathologie aanleiding geven tot religieuze spanningen. In hun onderzoek wordt het theoretische verband tussen godsbeeld, persoonlijkheid en psychische beleving bevestigd:

Hoe ernstiger de as-II persoonlijkheidspathologie en de As-I-symptomatologie was, hoe negatiever het godsbeeld was. Cluster-A-persoonlijkheidspathologie (paranoïde, schizoïde en schizotypische persoonlijkheidsstoornissen) hield verband met een passief en onthecht godsbeeld, wat te verwachten is wanneer we in aanmerking nemen dat onthechting en wantrouwen in relaties met anderen karakteristiek zijn voor genoemde stoornissen. Patiënten met persoonlijkheid pathologie uit het C-cluster (vermijdende afhankelijke en obsessieve compulsieve persoonlijkheidsstoornissen) waren meer geneigd om God als een rechter te zien (Schaap-Jonker et al. 2012: 355).

Volgens Park & Slattery (2015) toont onderzoek binnen de geestelijke gezondheidszorg aan dat er bij patiënten met een religieus oriëntatiesysteem sprake kan zijn van negatieve religieuze attributies en interpretaties, negatieve sociale interacties en negatief affect. Daarbij noemen zij ook de spanningen die ontstaan als

medische of psychotherapeutische behandelingen niet overeenstemmen met hun religieuze overtuiging. Edrisi (2007) geeft hiervan een voorbeeld uit zijn praktijk in Nederland. Sommige van zijn islamitische cliënten hebben er vanwege hun geloofsopvattingen moeite mee om hulp voor hun psychische klachten te zoeken. Zij denken dan bijvoorbeeld dat bidden tot God genoeg zou moeten zijn om zich beter te gaan voelen. Maar als bidden hen niet helpt en zij daarbij geen steun van God ervaren, kan het gevoel gaan overheersen als moslim te falen, omdat dit in tegenspraak is met hun religieuze verwachtingen. Edrisi (2007) zegt hier het volgende over:

Voor een toegewijde moslim, bijvoorbeeld, kan het uitermate lastig zijn om toe te geven dat hij (of zij) geestelijke problemen heeft. Dat zou immers kunnen betekenen dat zijn geloof hem onvoldoende houvast en geluk biedt, en dat hij zich niet met tevredenheid kan onderwerpen aan, of instemmen met de wil van Allah. Klagen bij een derde voelt als verraad. Onvrede voelt als een teken van een zwak geloof en ondankbaarheid. Het is opvallend hoe lang deze mensen rondlopen met klachten. Ze nemen zo lang mogelijk toevlucht tot hun geloof, in de hoop dat daar deuren open gaan: mysterieuze oplossingen, die het gewone verstand te boven gaan (Edrisi 2007: 184/185).

Ook Schaap-Jonker et al. (2012) geven aan dat degenen die volgens hun orthodox protestante denominatie en geloofsopvatting geen religieuze conflicten mogen beleven of uiten, daaronder kunnen lijden. Religiositeit kan dus zowel een bron van kracht en hoop zijn als spanningen oproepen. In de volgende paragraaf wordt het onderzoek naar religieuze coping toegelicht. Wij zullen daarbij beschrijven op welke wijze volgens onderzoek religie kan bijdragen aan het verminderen van stress.

2.3.2. Onderzoeksinstrumenten met betrekking tot religieuze coping

Pargament en zijn collega's hebben verschillende onderzoeksinstrumenten ontwikkeld om religieuze coping te kunnen meten. Volgens Pargament, Ano, & Wachholtz (2005) kunnen onderzoekers met behulp van de veel gebruikte "*Ways of Coping Scale*" van Folkman & Lazarus (1988) onvoldoende de rijkdom van religiositeit in het copingproces vaststellen. Men hanteert daarbij immers slechts twee items die in verband gebracht worden met religieuze coping, namelijk: "*found new faith*" en "*I prayed*". Volgens Pargament (1997) is het relevant om preciezer vast te stellen op welke wijze religie bijdraagt aan het copingproces. Er wordt in deze paragraaf een drietal onderzoeksinstrumenten toegelicht. Op de eerste plaats de religieuze copingstijlen-schaal, die gericht is op de actor in het copingproces: mens en/of God. Op de tweede plaats de RCOPE, een instrument gebaseerd op 5 onderscheiden functies van religie. Tot slot de brief RCOPE, een verkorte versie van

de RCOPE, die gericht is op het onderscheiden van positieve religieuze coping van negatieve religieuze coping.

2.3.2.1. Onderzoek naar religieuze copingstijlen

Een belangrijk onderzoeksinstrument dat zich richt op het meten van religieuze copingstijlen is ontwikkeld door Pargament, Kennell, Hathaway, Grevengoed, Newman & Jones (1988). Deze onderzoekers ontwikkelden een vragenlijst om te kunnen vaststellen vanuit welke religieuze copingstijl individuen controle proberen te krijgen over stressgevendende gebeurtenissen. In hoeverre beschouwt een persoon zichzelf wel of niet verantwoordelijk voor een probleem of situatie en welke rol geeft men daarbij aan God? Deze onderzoekers maakten daarbij een onderscheid tussen een afwachterende (*deferring*), een samenwerkende (*collaborative*) en een zelfsturende (*self-directing*) religieuze copingstijl. Deze drie religieuze copingstijlen worden door Pargament et al. (2005) als volgt beschreven:

De *afwachterende religieuze copingstijl* is een passieve stijl: bij deze stijl legt de gelovige de verantwoordelijkheid voor het oplossen van een probleem bij God. Men onderneemt daarom geen actie om de probleemsituatie op te lossen, omdat men dit aan God overlaat (Pargament et al. 2005). Bij deze stijl wordt God dus als actief en de mens als passief beschouwd. Deze afwachterende religieuze copingstijl gaat volgens onderzoek vaak samen met een aantal andere kenmerken (Pargament 1997: 182). Zo leggen degenen die hoog op deze schaal scoren vaak de controle over het eigen bestaan bij God en is er bij hen sprake van een op dogma's gebaseerde vorm van orthodoxie en een extrinsieke vorm van religiositeit. Dit laatste geeft aan dat men religie meer beschouwt als een middel om persoonlijke doelen te bereiken dan als doel op zich. Bij de afwachterende religieuze copingstijl stelt iemand zich dus afhankelijk op naar zowel een externe autoriteit, als naar religieuze regels en opvattingen. Bij deze stijl heeft men minder het gevoel controle uit te kunnen oefenen over de eigen omstandigheden. Er is ook sprake van minder zelfwaardering. Een hoog score op deze schaal gaat bovendien vaak samen met het minder vaardig zijn in het planmatig oplossen van problemen. Ook stelt men zich minder tolerant op naar andersdenkenden (Pargament 1997: 182).

Bij de *samenwerkende religieuze copingstijl* neemt de gelovige ook initiatief om problemen te hanteren, maar doet men tevens een beroep op God om erbij te helpen. Deze stijl kenmerkt zich door de overtuiging dat men de verantwoordelijkheid voor het omgaan met problemen met God deelt. Volgens Pargament et al. (2005) ervaart iemand bij deze stijl God als partner met wie men kan samenwerken: ".... in which the individual perceives God to be a partner who shares in the responsibility for problem solving" (Pargament et al. 2005: 481). Bij deze stijl wordt dus zowel aan God als aan de mens een actieve rol toebedeeld. Uit onderzoek blijkt volgens Pargament (1997)

dat deze stijl samen gaat met een hogere frequentie van bidden, een hogere mate van religieuze echtheid en intrinsieke religiositeit. Dit geeft aan dat het bij deze religieuze copingstijl om een meer betrokken, relationele vorm van religiositeit gaat (Pargament 1997: 182). Degenen met deze stijl ervaren meer controle over hun eigen situatie. Zij voelen zich minder aan het toeval overgeleverd. Ook is hun gevoel van zelfwaardering sterker.

Bij de *zelfsturende religieuze copingstijl* stelt iemand zich actief op ten aanzien van problemen, of moeilijke situaties die zich voordoen. Bij deze religieuze copingstijl gelooft men wel in God, maar schakelt men Zijn hulp niet in (Pargament, Koenig & Perez 2000). Men voelt zichzelf verantwoordelijk om een probleem op te lossen, of een situatie te hanteren en laat dit daarom niet aan God over. Bij deze stijl onderneemt iemand zelf actie. Een gedachte daarbij kan zijn dat God de mens de vaardigheden en middelen heeft gegeven om zelfstandig moeilijke situaties te hanteren. Bij deze religieuze copingstijl wordt God dus als passief en de mens als actief gezien. Volgens Pargament (1997) blijkt uit onderzoek dat de verbanden tussen de zelfsturende religieuze copingstijl en de meeste andere schalen om religiositeit te meten negatief van aard zijn (Pargament 1997: 181). Toch is deze stijl wel religieus te noemen, want de respondenten die hoog op deze schaal scoren, ervaren wel een band met hun kerk. Er is bij deze stijl echter wel sprake van meer "*religious quest*", dit wil zeggen dat men op religieus gebied zoekende is en twijfelt over opvattingen. Degenen met deze stijl scoren hoger op persoonlijke controle en op zelfwaardering (Pargament 1997: 182).

Volgens Pargament et al. (2005) blijkt uit empirisch onderzoek dat er bij de meeste religieus georiënteerde personen sprake is van een samenwerkende religieuze copingstijl. Vanuit de theorie gezien draagt een religieuze copingstijl waarbij men zichzelf actief opstelt bij aan het psychische welzijn, omdat men controle uitoefent over de eigen omstandigheden. Er is sprake van een "*active locus of control*", hetgeen als gezond wordt beschouwd. Bij de afwachtende religieuze copingstijl ontbreekt deze actieve houding en is er sprake van passiviteit, omdat men uit gaat van de opvatting dat alleen God de macht heeft over hetgeen er gebeurt en een mens dus geen invloed kan uitoefenen over de eigen omstandigheden. Deze passieve houding, een "*passive locus of control*", zou minder bijdragen aan iemands psychische welbevinden dan een actieve opstelling (Zie ook Benson & Spilka 1973).

Bij het bovengenoemde onderzoeksinstrument voor het meten van religieuze coping wordt er vaak gerefereerd aan de relatie tussen de mens en God en de mate waarin iemand zichzelf of God invloed toekent over het eigen bestaan. Er zijn echter ook individuen die geen duidelijk beeld van God hebben, maar die wel ergens in geloven. Dit is bijvoorbeeld het geval in het seculiere Nederland. Voor deze Nederlandse context hebben Alma, Pieper & Van Uden (2003, 2004) een speciale

schaal ontwikkeld, de receptiviteitschaal. Er wordt bij de items van deze schaal gerefereerd aan een onpersoonlijke, impliciete God en een houding van vertrouwen waarin men zich ontvankelijk opstelt voor eventuele oplossingen die zich aandienen (Pieper & Van Uden 2006). Een voorbeeld van een item is: “Na een moeilijke periode wordt de diepere zin van mijn problemen mij onthuld”.

2.3.2.2. Een onderzoeksinstrument naar vormen van religieuze coping: de RCOPE

Een tweede instrument dat een belangrijke rol speelt in het onderzoek naar religieuze coping is de RCOPE die door Pargament, Smith, Koenig & Perez (1998) is ontwikkeld. Bij dit onderzoeksinstrument met een breed scala aan religieuze copingvormen worden er vijf verschillende functies onderscheiden die religie in het proces van coping kan vervullen (zie ook Pargament, Koenig & Perez 2000). Deze functies verklaren waarom religieuze coping een positief effect kan hebben op het welzijn van religieus georiënteerde individuen. Religie kan ondersteunen bij het vinden van betekenis, het greep krijgen op een situatie, het vinden van troost en nabijheid bij God; het zoeken van intimiteit met geloofsgenoten en het bereiken van een verandering in levensoriëntatie.

1. Vinden van een betekenis

Volgens Pargament et al. (2000) zoeken veel mensen naar de betekenis achter ingrijpende gebeurtenissen: “*to find meaning*”. Zij willen weten waarom hen iets is overkomen. Vooral in situaties waar men geconfronteerd wordt met onherroepelijke, ingrijpende gebeurtenissen, zoals een ongeluk, een ernstige ziekte of het verlies van dierbaren, bieden religieuze verklaringen antwoorden op de vraag waarom iets is gebeurd. Hierdoor kunnen mensen gebeurtenissen in een kader plaatsen, waardoor zij minder overspoeld worden door hun ontreddering en de angst voor het ongewisse. Vanuit religieuze herwaardering kan iemand zo een ingrijpende gebeurtenis herdefiniëren (*reframing*) en in een ander, positiever licht gaan zien. Volgens Spilka et al. (2003) is dit een krachtige en effectieve copingstrategie. Religieuze zingeving kan helpen om het onvermijdelijke te accepteren en er zelfs kracht uit te putten. Doordat religie mensen in moeilijke tijden stimuleert om een betekenis te zoeken achter pijnlijke en ingrijpende gebeurtenissen, doordenken zij deze gebeurtenissen vanuit een religieus perspectief, waardoor zij zich bewuster kunnen worden van het belang van hun religieus referentiekader en hun verbinding met een sacrale wereld (Pargament 2007). Dit religieus bewustzijn kan hen motiveren om nog meer volgens hun religieuze idealen te gaan leven (Emmons & Schnitker 2015). Met behulp van een religieuze oriëntatie kunnen mensen een nare of pijnlijke gebeurtenis zelfs transformeren in een waardevolle, motiverende en leerzame ervaring (Pargament et al. 2000).

2. Greep krijgen op de situatie

Door middel van religieuze coping kunnen mensen weer greep krijgen op oncontroleerbare gebeurtenissen. Door *"mastery and control"* nemen volgens Pargament et al. (2000) gevoelens van onmacht af. Door middel van religieuze oriëntaties en handelingen kunnen mensen controle uitoefenen over zichzelf en hun omstandigheden. Zo ondervinden mensen veel steun aan het bijeenkomen om verlieservaringen met elkaar te herdenken, het branden van kaarsjes, het reciteren, zingen of mediteren, het bezoeken van religieuze bijeenkomsten, het luisteren naar religieuze toespraken of muziek of het ondernemen van een pelgrimage (Pieper, Post & Van Uden 1994).

Vooraf bij ingrijpende gebeurtenissen waaraan men niets kan veranderen, kan een gevoel van machteloosheid gaan domineren. Het greep krijgen op de eigen emoties vermindert het gevoel van wanhoop. De gedachte toch iets te kunnen ondernemen, maakt dergelijke moeilijke omstandigheden dragelijker (Pargament et al. 2000). Het religieuze domein biedt mensen houvast, waardoor een verstoorde innerlijke balans kan worden hersteld (Van der Lans 2006). Men kan met behulp van religieuze opvattingen en praktijken controle over de eigen emoties uitoefenen en zichzelf op deze wijze beheersen. Zell & Baumeister (2015) spreken daarbij van religiositeit als middel voor *"self-regulation"* (Zie ook Pargament et al. 2015).

3. Vinden van troost en nabijheid bij God

Daarnaast is religie in tijden van nood ook een bron voor troost, steun en kracht, zoals Pargament et al. (2000) aangeven met de formulering: *"comfort and closeness to God"*. Door het contact en de nabijheid van een als goddelijk beschouwde kracht te zoeken, kan men volgens Pargament et al. (2000) een gevoel van veiligheid, bescherming en troost oproepen. Daardoor kan er ruimte ontstaan voor gevoelens van hoop en vertrouwen en vindt men de kracht om vol te houden en door te zetten.

4. Zoeken van intimiteit met anderen en de nabijheid tot God

Een belangrijk bron van religieuze steun is de steun van geloofsgenoten en via hen het vergroten van de nabijheid tot God. Pargament et al. (2000) noemen dit: *"intimacy with others and closeness to God"*. Religies worden immers gedeeld met anderen. Door in moeilijke tijden bij geloofsgenoten steun te zoeken, door met elkaar over het geloof te spreken, door samen rituelen uit te voeren, voelen mensen zich minder eenzaam (Pargament et al. 2000). Daarnaast kan het delen van dezelfde religieuze identiteit gevoelens van zelfwaardering (*self-esteem*) stimuleren (Spilka 2003; Ozorak 2005: 224). Ook kunnen religieuze geloofsgenoten als rolmodellen inspireren (Alma 1998) en motiveren om in moeilijke tijden door te zetten. Door deze sociale aspecten

van religie en de solidariteit van en met geloofsgenoten (zie ook Durkheim 1912/2003) kunnen mensen zich sterker voelen en kunnen zij het leven beter aan.

5. Bereiken van een verandering in levensoriëntatie

Volgens Pargament et al. (2000) kan een ingrijpende crisiservaring vanuit een religieus perspectief gezien, een aanzet geven tot innerlijke groei. Pargament (1997) noemt dit een verandering in levensoriëntatie, een transformatie: "*life transformation*". Pargament et al. (2015) spreken daarbij van: "*stress-related growth*" (Pargament et al. 2015: 561). Religie biedt dan een routekaart om het bestaan op ingrijpende wijze te veranderen. Belangrijk daarbij is bijvoorbeeld het anderen vergeven.

In een later artikel voegen Pargament, Feuille & Burdzy (2011) aan de bovengenoemde vijf functies ook "identiteitsversterking" en "het zoeken naar het heilige of spiritualiteit op zich" toe en wordt ook "angstreductie" genoemd:

religious coping serves multiple functions, including the search for meaning, intimacy with others, identity, control, anxiety-reduction, transformation, as well as the search for the sacred or spirituality itself (Pargament et al. : 52, 53).

Het belang van het begrip identiteit, wordt ook door Park & Slattery (2015) genoemd. Het ontwikkelen van een sterke religieuze identiteit kan volgens deze wetenschappers een gezond alternatief bieden voor ervaringen van maatschappelijke afwijzing, discriminatie of stigmatisering. Een religieuze identiteit overstijgt immers regionale groepsbanden, omdat er sprake is van zowel historische als mondiale groepsverbondenheid. Een sterke religieuze identiteit draagt bij aan het gevoel van zelfwaardering en zo weer aan het individuele welbevinden.

Deze bovengenoemde indeling van Pargament et al. (2011) ten aanzien van de psychologische functies van religiositeit, sluit aan bij wat Park & Slattery (2015: 547) de positieve kanten van religie en spiritualiteit noemen. De vijf onderscheiden functies kunnen echter ook een negatieve invloed uitoefenen op het welbevinden, als er op deze terreinen sprake is van religieuze strijd, twijfel of conflicten met geloofsgenoten. Dat er zowel positieve als negatieve vormen van coping onderscheiden kunnen worden, blijkt ook uit de factoranalyses van de RCOPE die door Pargament, Smith, Koenig & Perez (1998) zijn uitgevoerd. Volgens Pargament et al. (2015) komt uit dit onderzoek naar voren dat religieuze copingmethoden ingedeeld kunnen worden in positieve en in negatieve coping.

In 2000 hebben Pargament, Koenig & Perez (2000) een verkorte versie van de RCOPE gepresenteerd, die wordt aangeduid met de Brief RCOPE. De Brief RCOPE bestaat uit twee schalen, namelijk de PRC (*Positive Religious Coping*) voor het meten van positieve religieuze coping en de NRC (*Negative Religious Coping*) voor

het meten van negatieve vormen van religieuze coping. Bij de Positieve Religieuze Copingschaal (in het vervolg de PRC genoemd) betreft het items die verwijzen naar een: *“sense of connectedness with a transcendent force, a secure relationship with a caring God, and a believe that life has a greater benevolent meaning.”* (Pargament et al. 2011: 58). Bij de Negatieve Religieuze Copingschaal (in het vervolg de NRC genoemd) worden vragen gesteld zoals: *“spiritual tensions and struggles with oneself, with others and the divine”* (Pargament et al. 2011: 51). Het gaat daarbij om vragen over het zich gestraft of verlaten voelen door God of door geloofsgenoten, religieuze twijfel of het in de ban zijn van de duivel.

Uit onderzoek met RCOPE en de Brief RCOPE, blijkt volgens Pargament et al. (2015) dat er bij de positieve religieuze copingstrategieën die mensen gebruiken om met tegenslag en problemen om te gaan, vaak tevens sprake is van een: *“secure relationship with God and a sense of spiritual connectedness with others”* (Pargament et al. 2015: 563). Dit geldt niet alleen voor christenen, maar ook voor moslims (Abu Raiya & Pargament 2010) en hindoes (Tarakeshwar, Pargament & Mahoney 2003). Uit onderzoek blijkt dat positieve religieuze coping over het algemeen gezonder is dan het gebruik van negatieve religieuze coping (voor een overzicht zie: Pargament et al. 2015: 564-567).

Bij negatieve vormen van coping staan juist innerlijke strijd en conflicten met God en anderen centraal, (zie ook de uiteenzetting over vormen van religieuze spanningen in paragraaf 2.3.1.). Volgens Pargament et al. (2015) blijkt uit de meta-analyse van onderzoek naar religieuze strijd door Ano & Vasconcelles (2005) dat:

Spiritual discontent, punishing God reappraisals, reappraisals of God's powers, demonic reappraisals and interpersonal religious discontent were linked with negative psychological outcomes such as depression, anxiety, callousness, posttraumatic stress disorder symptoms, and spiritual injury among samples coping with a range of negative life events (Pargament et al. 2015: 565)

Volgens Pargament (1997) is er op basis van de hechtingstheorie bij personen met een vermijdende of angstige/ambivalente religieuze hechtingsstijl vaak meer sprake van negatieve religieuze coping (Zie ook Richert & Granqvist 2015). Ook andere onderzoekers geven aan dat religieuze coping wordt beïnvloed door de relatie die iemand met God heeft ontwikkeld (Kirkpatrick 1994; 1999). Deze theorievorming wordt in paragraaf 2.4.1. bij het verschijnsel bidden behandeld.

Van Uden et al. (2009) hebben bij hun kwalitatieve analyse van de wijze waarop kankerpatiënten met hun ziekte omgaan, gebruik gemaakt van het overzicht van religieuze copingstrategieën van Pargament et al. (2000). Omdat dit categorieënschema als uitgangspunt is genomen voor de kwalitatieve analyse van de

interviews van de dertien islamitische respondenten uit ons onderzoek, wordt dit instrument hier in het kort toegelicht.

Van Uden et al. (2009) onderscheiden in navolging van het onderzoek van Pargament et al. (2000) de hoofdcategorieën zingeving, relatie met God, troost en nabijheid bij het goddelijke, intimiteit met geloofsgenoten en transformatie. Bij deze hoofdrubrieken van aan religieuze functies gekoppelde religieuze copingstrategieën kan het zowel om positieve als om negatieve vormen gaan.

1. Verschaffen van zingeving

De categorie “Zingeving” verwijst naar copingstrategieën die in verband staan met het geven van betekenis aan een stressgevend gebeurtenis. Bij de strategie “positieve religieuze herwaardering”, gaat het om het geven van een positieve wending aan hetgeen er is gebeurd door te refereren aan Gods wil, Gods plan of door te verwijzen naar het vinden van een diepere betekenis achter de gebeurtenis. De strategie “religieuze hoop” verwijst naar het vertrouwen dat iets met Gods hulp goed zal komen. Ook het geloof in het bestaan van een hiernamaals verschaft zin. Maar ook kan er sprake zijn van “negatieve religieuze herwaardering”. Hiervan is bijvoorbeeld sprake als iemand de situatie interpreteert als straf van God of toeschrijft aan de duivel.

2. Verschaffen van controle door de relatie met God

In de categorie “Relatie met God” komen de verschillende manieren terug waarop iemand controle over de eigen omstandigheden probeert uit te oefenen door middel van de relatie met God. Men kan daarbij invloed uitoefenen door God in te schakelen en zelf af te wachten wat er daarna zal gebeuren. Men kan echter ook een beroep op God doen, maar daarnaast zelf ook initiatief nemen om een probleem op te lossen. Tot slot kan men ook zelf problemen oplossen, zonder daarbij God in te schakelen. Er kan dus ten aanzien van de relatie met God onderscheid gemaakt worden tussen een passieve of actieve overgave aan God, het samenwerken met God of het vragen aan God om een wonder of om goddelijk ingrijpen. Daarnaast kunnen in de relatie met God boosheid en opstandigheid gaan domineren, omdat men zich afvraagt waarom God leed veroorzaakt of waarom God niet helpt. Of men kan zich in de steek gelaten voelen door God (door God verlaten zijn).

3. Vinden van troost en nabijheid bij het Goddelijke

De categorie “Troost en nabijheid bij het Goddelijke” verwijst naar het troost zoeken bij God en het zoeken van Gods nabijheid. Subcategorieën hierbij zijn bijvoorbeeld: het zoeken en ervaren van Gods liefde en kracht, het putten van troost uit het geloof, het vragen om vergeving. Bij “het richten op het religieuze domein”, zoekt een

gelovige afleiding door zich te richten op het geloof, door bijvoorbeeld boeken te lezen of naar preken te luisteren. Daarnaast kunnen gelovigen hun geloofsregels bijvoorbeeld strikter gaan naleven. Ook het voltrekken van religieuze handelingen (religieuze praktijken), zoals bidden, reciteren of het zingen van religieuze liederen, of het uitvoeren van persoonlijke rituelen behoren tot deze hoofdrubriek.

4. Vinden van intimiteit met geloofsgenoten

De categorie “Intimiteit met geloofsgenoten” clustert vormen van religieuze coping die te maken hebben met de relatie met geloofsgenoten. Daarbij kan het gaan om gevoelens van steun van religieuze professionals (bijvoorbeeld een imam) of van geloofsgenoten. Ook het bidden voor anderen of het feit dat anderen voor jou bidden, behoren tot deze rubriek. Er kan echter ook sprake zijn van negatieve gevoelens bij dergelijke steun. Een voorbeeld hiervan is als iemand steun verwacht van geloofsgenoten maar daarin wordt teleurgesteld (onvrede over steun geestelijke verzorgers en geloofsgenoten).

5. Bereiken van verandering in levensoriëntatie

Bij de hoofdcategorie “Transformatie” gaat het om het vragen aan God om een nieuw levensdoel. Een voorbeeld hiervan is de uitspraak: “Nu ik heb ontdekt wat God voor mij betekent, wil ik Zijn weg volgen en vraag ik Hem wat ik moet doen met mijn leven.” (Van Uden en al. 2009). Het kan ook gaan om verwijzingen naar “beking”, zoals bijvoorbeeld een gedachte als: “Ik besepte dat ik anders moet gaan leven en daarom wil ik me bekeren tot dit geloof.” Tot slot kan het gaan om het vergeven van anderen.

In de volgende paragraaf gaan wij nader in op het verschijnsel bidden als vorm van religieuze coping.

2.4. Theorie en onderzoek ten aanzien van bidden en coping

In deze paragraaf worden eerst in paragraaf 2.4.1. de theoretische achtergronden en het onderzoek van het verschijnsel bidden in het kort behandeld en in paragraaf 2.4.2. wordt de theorievorming en het onderzoek over bidden en coping weergegeven.

2.4.1. Theorievorming en onderzoek met betrekking tot het verschijnsel bidden

Een bijzondere vorm van religieus handelen is bidden. In navolging van James (1902/1958) beschouwen veel godsdienstpsychologen het verschijnsel “bidden”

zelfs als één van de belangrijkste vormen van religieus gedrag (Spilka & Ladd 2013). Het gegeven dat mensen overal ter wereld bidden, lijkt er op te duiden dat bidden ontstaat vanuit een oermenselijke behoefte (Bänziger 2007).

Bidden is een complexe vorm van gedrag en de variëteit in bidvormen is heel groot. Psychologisch gezien is bidden een multidimensionaal verschijnsel, er is zowel sprake van handelingen, motivaties, cognities als affecten (Spilka & Ladd 2013). Individuen ontwikkelen vaak een persoonlijke stijl van bidden, waarbij zij vormen van bidden die zij van anderen hebben geleerd of hebben overgenomen al naar gelang hun behoeften combineren (Spilka 2005).

De kenmerken van bidedrag zijn door diverse onderzoekers verkend en beschreven (Calkins 1911; Heiler 1921; Janssen et al. 1990; Poloma & Gallup 1991; Brown 1994; Faber 2002; Ladd & Spilka 2002, 2006; Zaleski & Zaleski 2005; Hood 2005; Bänziger 2007; Ladd & McIntosh 2008). Veel definities van bidden verwijzen naar de verbinding en conversatie met een spirituele of goddelijke kracht (James: 1902/1958; Levine 2008). Bij deze verbinding gaat het volgens Ladd en Spilka (2002; 2015) om een vorm van communicatie (zie ook Van Baal 1971). Er is vanwege de complexiteit en variëteit in de wijzen waarop mensen bidden nog geen algemeen geaccepteerde definitie van bidden voorhanden.

Bidden als vorm van communicatie

Bidden heeft als het gezien wordt als een speciale vorm van communicatie een sterke sociaal component. Bij bidedrag spelen de relaties van degene die bidt met anderen vaak mee (Zock 1998; Alma & Zock 2002). Veel mensen bidden immers vanwege gebeurtenissen in hun dagelijks leven waarbij belangrijke anderen zijn betrokken. Zij bidden bijvoorbeeld om de emoties die in sociale interacties met anderen zijn ontstaan beter te kunnen hanteren. Zo bidden mensen vaak voor het welzijn van hun dierbaren of voor hun medemens in het algemeen.

Maar als bidders tijdens het bidden met een hogere macht communiceren, weerspiegelen zich daarin de manieren waarop bidders gewend zijn te communiceren met hun medemens. Dit is terug te zien in de neiging die bidders hebben om de kracht die zij tijdens hun gebed aanspreken allerlei menselijke eigenschappen toe te schrijven (Tremelin 2006). Zij anticiperen tijdens hun gebed op hoe die kracht zal reageren en daarop stellen zij hun manier van communiceren af. Maar daarbij schrijven zij deze goddelijke kracht meer invloed en macht toe dan wanneer zij met mensen te maken hebben. Dit mentale proces, waarbij zowel menselijke als bovennatuurlijke eigenschappen aan een goddelijke kracht worden toegeschreven, is al bij jonge kinderen waargenomen (Richert & Granvist 2015).

Barrett (2002), Boyer (2001; 2003), McCauly (2005) en Tremelin (2006) brengen dit verschijnsel in verband met de “*theory of mind*”, de wijze waarop in de hersenen

tijdens het bidden onbewuste, cognitieve schema's worden geactiveerd, die ook gebruikt worden bij intermenselijke communicatie. Volgens Tremlin (2006) voelen bidders door deze mentale schema's op een intuïtieve wijze aan hoe zij een spirituele kracht in hun gebed moeten benaderen en kunnen beïnvloeden. Dit verklaart waarom christenen of moslims in de privacy van hun gebed God menselijke eigenschappen toeschrijven en Hem ervaren als luisterend, meelevend, betrokken, boos, tevreden en helpend, hoewel dit in tegenspraak kan zijn met hun theologische overtuigingen.

Bidders maken dus gebruik van de geïnternaliseerde schema's of scripts, die ook worden gebruikt in de communicatie met andere mensen. De relatie met deze door hen als goddelijke beschouwde "Ander" kan voor hen echter zo reëel zijn, dat sommige bidders zelfs spreken van fysiek contact. Ladd & McIntosh (2008) vinden bidden daarom een uniek verschijnsel:

Prayer is unique in that even when practiced in isolation, practitioners commonly claim experiences related to the sense of presence of others and use language related to physical contact (e.g., "feeling the touch of the hand of God") (Ladd & McIntosh 2008: 31).

De fysieke kant van bidden wordt ook door Masters & Spielmans (2007) genoemd. Bidgedrag kan allerlei fysiologische effecten stimuleren, zoals relaxatie. Bidgedrag kan de zintuigen dusdanig stimuleren, dat er een gevoel van welbevinden ontstaat (zie ook Levine 2008).

Bidden gezien vanuit de hechtingstheorie

Veel bidders richten zich in hun gebed tot een als goddelijke beschouwde kracht. Hoe iemand die bidt deze god ervaart, wordt gezien vanuit de hechtingstheorie beïnvloed door ervaringen met vroegere verzorgers, zoals de eigen ouders (Zock 1998; Richert & Granqvist 2015). Rizutto (2001) brengt deze houding naar God in verband met iemands geïnternaliseerde ervaringen, -de objectrelaties-, die voortkomen uit vroegere hechtingsrelaties, gecombineerd met ideaalbeelden van God die men als kind vanuit de eigen behoefte heeft gevormd. Vanuit deze vroegste relaties kunnen bidders een vertrouwensvolle, ambivalente, of afwachtende houding hebben ontwikkeld, die ook terug te vinden is in de eigenschappen die zij aan God toeschrijven en de wijze waarop zij zich naar God in hun gebed opstellen. Zo kan de grondhouding ten aanzien van God bij de een vertrouwensvol zijn, terwijl bij de ander gevoelens van afstand of angst domineren.

Ook Kirkpatrick (1994; 1999) maakt een onderscheid tussen drie hechtingsstijlen ten opzichte van God, namelijk een vorm van veilige, een vorm van vermijdende en een vorm van van angstige of ambivalente hechting aan God. Bij een veilige hechting aan God is er sprake van een liefdevolle, warme band met God. Men

voelt zich dan door God gehoord, beschermd en geholpen. Bij een vermijdende hechting aan God ervaart men God meer als onpersoonlijk en op afstand. God lijkt dan minder betrokken en bereikbaar. Bij een angstige, of ambivalente hechting wordt God zowel als responsief ervaren als onvoorspelbaar, afstandelijk, streng of straffend. Men weet dan eigenlijk niet waar men aan toe is, soms helpt God wel, maar soms niet. Bij deze stijl kan iemand zich onzeker of angstig bij God voelen.

Volgens Kirkpatrick (1994; 1999) hebben de hechtingrelaties die iemand ten opzichte van de eigen ouders heeft ontwikkeld, belangrijke gevolgen voor hoe iemand zich in de volwassenheid opstelt naar God. Een veilige hechting aan de ouders zou dan overeen kunnen komen met een veilige hechting aan God, met als gevolg dat er sprake is van positieve religieuze gevoelens. Bij vermijdende en/of angstige/ambivalente hechtingspatronen ten opzichte van de ouders, kan er sprake zijn vergelijkbare gevoelens voor God.

Volgens Kirkpatrick (1994) zijn sommige personen met een angstige, onzekere hechting toch in staat om een sterkere, veilige band met God op te bouwen. Hij brengt dit in verband met de compenserende functie van God, namelijk dat men de steun, veiligheid en warmte bij God zoekt die men bij de ouders heeft gemist.

In de volgende paragraaf wordt behandeld wat er bekend is over verschillende varianten van bidden.

Diversiteit in varianten van bidden

Poloma & Gallup (1991) en Spilka et al. (2003, 2005, 2013) hebben allerlei vormen van bidden geïnventariseerd die door onderzoekers worden onderscheiden en die mogelijk andere effecten hebben op het persoonlijk welzijn. Daarbij kijkt men bijvoorbeeld naar hoe vaak iemand bidt (de bidfrequentie), maar ook naar de inhoud van de gebeden en de wijze waarop men bidt (Masters & Spielmans 2007). Breslin & Lewis (2008), geven de volgende opsomming van bidvormen die door onderzoekers worden onderscheiden:

Thanksgiving, adoration, contemplation, devotional, confession, sacrificial, invocation, resignation (Heiler, 1932); objective, subjective (Clark, 1958); colloquial, petitionary, ritual, meditative (Poloma & Pendleton 1991); praise, attunement (Richards, 1991); examen, tears, relinquishment, suffering, radical, rest, meditative, contemplative, sacramental (Foster, 1992; Ladd & Spilka 2002); listening (Goethring, 1995); supplication, intercession, reparation (McKinney & McKinney, 1999); and lamentation (Ameling 2000) (Breslin & Lewis 2008: 10).

Over de inhoud van dergelijke vormen van bidden en de effecten die deze verschillende bidvormen op het persoonlijke welzijn kunnen hebben, is onder onderzoekers nog geen overeenstemming bereikt (Breslin & Lewis 2008). Uit onderzoek komt wel naar voren dat bepaalde manieren van bidden van elkaar kunnen

verschillen in het effect dat zij resulteren. Het vraaggebed -ook wel "*petitionary prayer*" genoemd- wordt veel gebruikt in moeilijke tijden. Deze wijze van bidden bestaat uit verzoeken om interventies en hulp bij problemen (Spilka 2005). Soms gaat het daarbij om een kreet om hulp (Bänziger 2007), soms om het uitgebreid vertellen over problemen. Wij komen nog terug op deze vorm van bidden.

In navolging van Foster (1992) onderscheiden Ladd en Spilka (2002; 2015) drie hoofdtypen van bidden, namelijk een vorm die naar boven, een vorm die naar buiten en een vorm die naar binnen gericht is. Als degene die bidt tijdens het bidden verbinding zoekt met een als goddelijk beschouwde "*Ander*" en daarbij vooral bezig is met deze kracht zelf, die men bijvoorbeeld wil loven en danken, is er sprake van "*Upward prayer*". Het kan dan gaan om het uitspreken van dankbaarheid, lofgebeden, of aanroepingen, of om in het stilte verkeren met God. Een andere vorm van bidden heeft meer betrekking op de buitenwereld. Het bidden betreft dan de sociale relaties waarmee men te maken heeft. Dit wordt aangeduid met de term: "*Outward prayer*". Daarbij kan men denken aan het doen van verzoeken om problemen die men in het dagelijks leven met anderen heeft op te lossen, zoals in het vraaggebed. Als het bidden echter vooral te maken heeft met een verbinding met het eigen innerlijk, spreekt men van "*Inward prayer*". Bij deze vorm van bidden kan het gaan om zelfreflectie in het aangezicht van God, het nadenken over zonden, het uiten van wroeging of het zoeken naar een innerlijk rustpunt in zichzelf door te mediteren. Bij zowel "*Outward prayer*" als "*Inward prayer*" kan men de als goddelijke beschouwde "*Ander*" aanspreken, maar die kracht wordt dan meer om steun gevraagd om zaken in de buitenwereld of binnenwereld te verhelderen. Op basis van deze indeling in drie hoofdtypen van bidden definiëren Ladd & McIntosh (2008) bidden daarom als:

The typically intentional expression of one's self in an attempt to establish or enhance connectivity with the divine, with others in a religious spiritual framework, and with the self (Ladd & McIntosh 2008: 29).

Volgens Spilka en Ladd (2013; 2015) draagt de theorievorming en het onderzoek naar de psychologie van bidden van de Nederlandse godsdienst-psychologen Janssen, De Hart, & Den Draak (1990) bij aan het verkrijgen van inzicht in de psychologische kenmerken van het verschijnsel bidden.

Structuurkenmerken van varianten van bidden

Janssen et al. (1990; Janssen, Prins, Baerveldt, & Van der Lans 1998)) beschouwen bidden als een geïndividualiseerd ritueel, dat procesmatige en structurele kenmerken heeft. Bij bidden is er vaak sprake van een begin-, midden- en eindfase. Vanwege dit procesmatige karakter van bidgedrag spreken Bänziger, Janssen & Van

Uden (2005; 2008) liever over “bidden” dan over “het gebed”. Bidden als werkwoord geeft immers beter aan dat het om een dynamisch proces gaat.

Janssen et al. (1990) hebben op basis van onder andere de studie naar bidden van Heiler (1921) een werkmodel ontwikkeld om de structurele eigenschappen van bidden te kunnen vaststellen. Zij onderscheiden daarbij de volgende zevental structuurkenmerken die bij bidden een rol spelen: (1.) de aanleiding om te bidden; (2.) de handeling die wordt verricht; (3.) de richting, dit wil zeggen naar wie en/of voor wie wordt gebeden; (4.) het effect dat na het bidden kan worden waargenomen. Daarnaast is er (5.) een bepaalde tijd waarop wordt gebeden; (6.) een plaats en (7.) een methode die bij het bidden wordt gebruikt. Wij zullen dit nader toelichten.

De “aanleiding” om te bidden geeft inzicht in wat bidders motiveert om tot bidden over te gaan. Het kan daarbij gaan om de behoefte aan vergeving, innerlijke rust, kracht, steun, het uitdrukken van dankbaarheid of de confrontatie met verdriet, ziekte of dood. Bij “handelingen” wordt er gekeken naar de handelingen die bij het bidden worden verricht, zoals knielen, vragen om hulp, situaties overdenken of het uiten van emoties. De “richting” van het bidden geeft aan op wie het gebed gericht is, bijvoorbeeld op God, op anderen of op het eigen innerlijk. Het “effect” van bidden geeft inzicht in de gevolgen die de bidder bij zichzelf na het bidden waarneemt. De “tijd” van bidden verwijst naar de momenten waarop gebeden wordt, zoals vaste tijden, altijd of alleen op moeilijke momenten. De “plaats” van bidden verwijst naar waar men bidt, zoals in bed, in de kerk of in de natuur.

Door dit onderscheid wordt inzichtelijk wat er voor verschillen bestaan tussen verschillende varianten van bidden. Janssen et al. (1998) en Bänziger et al. (2005; 2008) maken op basis van hun onderzoek binnen de Nederlandse context een theoretisch onderscheid tussen vier verschillende bidvarianten, namelijk: (1) het vraaggebed, (2) het religieuze gebed, (3) het meditatieve en (4) het psychologische gebed. De laatste twee vormen zien zij als moderne, individuele vormen van bidden die passen in een seculiere samenleving als Nederland. Omdat wij in onze studie gebruikt hebben gemaakt van het onderzoeksinstrument dat deze onderzoekers voor het vaststellen van bidvarianten hebben ontwikkeld, geven wij een nadere toelichting van de kenmerken van deze vier bidvarianten. In de volgende tabel 1 worden deze gepresenteerd en vervolgens toegelicht.

Tabel 1. Kenmerken Bidvarianten Bänziger, Janssen, & Van Uden (2005)

	Religieuze gebed	Vraaggebed	Meditatieve gebed	Psychologische gebed
Aanleiding	Dank, schuld, vragen om vergeving	Concreet probleem kracht/steun nodig hebben	Innerlijke rust	Verdriet
		Ziekte/dood		Kracht/steun (als wens om te bereiken)
Richting	Contact met God	Voor anderen	In mijzelf	Hogere macht
Gebedshandelingen	Knielen	Vragen om hulp	Beschouwen/ reflecteren	Hart luchten
	Bedanken			
	Vergeving	Iets nodig hebben	Denken/ inzicht	
Plaats	In de kerk		Overall; natuur	In bed
Tijd	Vaste momenten		Op allerlei momenten	Moelijke momenten
Effect	Geloof	Resultaten	Constance verbetering van het zelfbewustzijn	Kracht/steun verkrijgen

1. Het vraaggebed

Volgens Janssen et al. (1998: 69) en Bänziger et al. (2005) is het “vraaggebed” op grond van de kenmerkende elementen van bidden als volgt te beschrijven. De aanleiding om het vraaggebed te bidden is vaak een concreet probleem. Men bidt dus vanuit een reële behoefte aan steun. De handelingen bestaan uit het vragen om hulp omdat men iets nodig heeft van God. Bij deze gebedsvariant staat het effect van het bidden centraal, men wil door te bidden een resultaat bereiken. Het is een manier van bidden die overeenkomt met wat Ladd & Spilka (2002; 2006; 2015) “*Outward Prayer*” noemen, omdat men in het vraaggebed vaak vanuit een behoefte bidt die betrekking heeft op de buitenwereld. Men bidt immers naar aanleiding van ervaringen en behoeftes, zoals bijvoorbeeld materiële wensen, conflicten, het welzijn van dierbaren, of de medemens in het algemeen. Deze vorm van bidden wordt vaak bij het hanteren van problemen gebruikt.

Op basis van de onderzoeksresultaten naar “*petitionary prayer*” kan volgens Spilka (2005) geconcludeerd worden dat deze vorm van bidden niet altijd een uitgesproken positief effect op het psychisch welzijn uitoefent. Dit kan in verband staan met het feit dat mensen die bij problemen tot God bidden om hen te helpen, zich eerder passief dan actief opstellen ten aanzien van hun problemen. Dit zou net als de afwachtende religieuze copingstijl van Pargament (1997) minder gezond zijn.

Voorals bidders concrete hulp wensen en hun verlangens in hun ogen vervolgens niet worden ingewilligd, kunnen zij daardoor teleurgesteld of boos worden. Bij vragen aan God die een meer algemeen karakter hebben, is de kans op teleurstelling kleiner, hetgeen een gunstiger effect kan hebben op het psychische welbevinden, omdat een dergelijk gebed gevoelens van optimisme en hoop kan stimuleren (Ai, Tice, Huang, Rodgers & Bolling 2008). Een voorbeeld hiervan is als iemand in meer algemene zin vraagt om kracht of steun in moeilijke tijden (Dein & Littlewood 2008).

2. Het religieuze gebed

Een tweede vorm van bidden die een traditioneel karakter heeft, wordt door Janssen et al. (1998) en Bänziger et al. (2005) aangeduid met de term het “religieuze gebed”. De aanleiding voor dit gebed is bijvoorbeeld het bedanken en eren van God, of het vragen om vergeving. Daarbij verwacht degene die bidt meestal dat God luistert en vergeeft. Bij deze vorm van bidden richt degene die bidt zich conform de religieuze tradities waartoe men behoort op een daarvoor kenmerkende wijze tot een goddelijke kracht.

De handelingen tijdens het bidden van het religieuze gebed kunnen bestaan uit het innemen van een gebedshouding, zoals buigen of knielen en het hardop of in zichzelf bedanken van God. Men kan wroeging over zonden uiten en vervolgens om vergeving vragen. De plaats waar men bidt kan zijn in een gebedsruimte, zoals een kerk, moskee of tempel. Er kan sprake zijn van het bidden op vaste momenten. Het effect van een dergelijke manier van bidden is volgens Janssen et al. (1998) een versterking van geloof. Deze bidvorm kan gevoelens van hoop, vertrouwen en innerlijke rust bevorderen door de verbondenheid en gevoelens van nabijheid met God (Bänziger et al. 2005). Volgens het onderzoek van Maltby et al. (2008) heeft het religieuze gebed bij gelovigen die regelmatig bidden en die daarbij een diepe, positieve verbondenheid met God ervaren, een positief effect op hun persoonlijke welbevinden.

3. Het meditatieve gebed

Een derde vorm van bidden die Janssen et al. (1999) en Bänziger et al. (2005) onderscheiden heeft meditatieve kenmerken. Centraal bij deze vorm van meditatief bidden staat het zich concentreren op de eigen binnenwereld. Het is een manier om het zelf te doorgronden of te verbeteren. Het kan bij deze vorm van bidden bijvoorbeeld gaan om het in stilte verkeren met God of het zelf. De aanleiding om mediterend te bidden is de behoefte aan innerlijke rust. Bij een meditatieve vorm van bidden zijn volgens Bänziger (2007) de handelingen, net als de behoefte en het effect van bidden abstracter en cognitiever van aard dan bij de andere gebedsvarianten. De handelingen bij deze vorm van bidden kunnen bestaan uit

zelfonderzoek en het reflecteren of mediteren om zo de eigen innerlijke ontwikkeling te stimuleren. Het is dus meer een vorm van bidden, waarbij beschouwen, reflecteren, denken en inzicht centraal staan. Bij deze gebedsvorm kan er op allerlei momenten gebeden worden. Het bidden kan overal plaatsvinden, ook in de natuur. Het effect van het meditatieve gebed beschrijven Janssen et al. (1998) als een constante verbetering van zelfbewustzijn.

Het meditatieve gebed dat Bänziger et al. (2005) onderscheiden komt meer overeen met wat Ladd en Spilka (2002; 2015) een vorm van "*Inward prayer*" noemen. Bij het meditatieve gebed staat de behoefte centraal om in zichzelf te keren en te reflecteren over het zelf en de eigen persoonlijke motieven, doelen, waarden, normen en keuzes (Ladd & McIntosh 2008). Omdat deze vorm van bidden niet gericht hoeft te zijn op God of een specifiek kracht, kan deze vorm van bidden volgens Bänziger et al. (2005) ook door niet religieus gebonden personen worden gebruikt. In het seculiere Nederland is deze vorm van bidden daardoor te beschouwen als een modernere, geïndividualiseerde gebedsvorm. Maar over deze vorm van bidden bestaat nog onduidelijkheid. Sommige onderzoekers beschouwen meditatie zonder verbinding met een goddelijke of spirituele kracht niet als een vorm van bidden (Ladd & McIntosh 2008), anderen wel (Janssen et al. 1998; Bänziger 2007).

4. Het psychologische gebed

Een vierde vorm van bidden die onderscheiden wordt door Janssen et al. (1998) en Bänziger, Janssen & Van Uden (2005) is het "psychologische gebed". Theoretisch gezien zijn de aanleidingen voor deze vorm van bidden verdriet en de behoefte aan steun. Men richt zich bij deze vorm van bidden tot een hogere macht. De handelingen die worden verricht zijn het hart luchten. De plaats van bidden is bijvoorbeeld in bed en het tijdstip verwijst naar moeilijke momenten. Het effect van het "psychologische gebed" is het verkrijgen van kracht en steun. Deze psychologische gebedsvariant wordt echter door onderzoek onder jongeren en volwassenen door Bänziger, Janssen & Van Uden (2005) niet bevestigd. De kenmerkende elementen van het psychologische gebed blijken bij deze onderzoekspopulatie onderdeel uit te maken van de drie andere bidvarianten, namelijk het vraaggebed, het religieuze gebed en het meditatieve gebed.

Bidden wordt vaak ingezet als copingstrategie. De rol van bidden bij coping wordt in de volgende paragraaf behandeld.

2.4.2. Theorievorming en onderzoek naar bidden als vorm van coping

In deze paragraaf geven wij weer wat er bekend is over bidden als vorm van religieuze coping. Zoals al in de inleiding is aangegeven, kan bidden op verschil-

lende manieren een rol spelen bij het verminderen van stress. Als er bij bidgedrag sprake is van het om hulp vragen aan een als goddelijk beschouwde kracht door in zichzelf te keren, kan dit vanuit de indeling van Folkman en Lazarus (1988) gezien worden als een intern gerichte copingstrategie. Deze strategie wordt door mensen overal ter wereld toegepast als reactie op problemen of noodsituaties die zijn ontstaan. Zij gaan tot bidden over als hun eigen welzijn, dat van hun dierbaren of hun medemens in het geding is. Veel van hen ervaren bidden daarbij als stressverminderend (Spilka et al. 2003; Levine 2008). Bidden wordt vaak geassocieerd met een gevoel van ontspanning (Masters & Spielmans 2007; Levine 2008; Spilka & Ladd 2013).

Uit onderzoek van Janssen et al. (1990) en Bänziger et al. (2005; 2008) blijkt dat zelfs in het gesecculariseerde Nederland niet-religieus gebonden respondenten spontaan gaan bidden als zij geconfronteerd worden met ziekte en overlijden. De respondenten uit dit onderzoek hopen door te bidden innerlijke rust, hulp, inzicht, steun en kracht te verkrijgen. Omdat volgens Bänziger et al. (2005) deze respondenten vooral de psychologische effecten van bidden noemen, wijst dit er op dat zij bidden gebruiken als copingstrategie, als een vorm van emotiegerichte coping.

Hoe is het te verklaren dat mensen door te bidden hun spanningen kunnen verminderen? Volgens Pargament et al. (2015) blijkt uit onderzoek dat bidden een positief effect kan hebben omdat het verschillende psychologische functies kan vervullen die bijdragen aan stressreductie. Bidden in moeilijke tijden kan volgens onderzoekers echter ook bijdragen aan stress (*religious distress*). Zo kunnen er door het bidden emoties ontstaan die een negatief effect hebben op het persoonlijke gevoel van welzijn (Exline & Rose 2015).

Bidden kan in het copingproces dezelfde psychologische functies vervullen als religie in het algemeen. Dit betekent dat bidgedag voor de bidder ondersteunend kan zijn bij het hanteren van spanningen en problemen vanuit de verschillende psychologische functies die door Pargament, Koenig & Perez (2000) voor religieuze coping onderscheiden worden.

Bidden helpt bij: (1) *to find meaning*; (2) *mastery and control*; (3) *comfort and closeness to God*; (4) *intimacy with others and closeness to God*; (5) *life transformation*. Dit geldt ook voor de functies die Pargament, Feuille & Burdzy (2011: 52, 53) hier later nog aan toevoegen, namelijk identiteit (*identity*) en het zoeken van het heilige of spiritualiteit op zich (*the search for the sacred or spirituality itself*). Bidden kan ook lichamelijke ontspanning bevorderen, een fysiologisch effect van bidden dat door Masters & Spielmans (2007) wordt genoemd. Van deze acht te onderscheiden functies kan een stressreducerende werking uitgaan, waardoor men zich ondanks

nare gebeurtenissen beter kan gaan voelen. Er kan echter ook sprake zijn van stresstoename.

De functie van angstreductie (*anxiety reduction*) die Pargament, Feuille & Burdzy (2011: 52, 53) nog noemen, hebben wij niet in deze lijst opgenomen omdat het beheersen van angsten ten grondslag kan liggen aan alle bovenstaande functies. Bidden kan op verschillende manieren een stressverminderende en soms ook een angstreducerende werking hebben. Op welke wijze draagt bidgedrag hier precies aan bij?

1. Bidden en het vinden van betekenis

Ten eerste speelt betekenisgeving een belangrijke rol bij het bidden (functie 1 van Pargament et al. 2000: *to find meaning*). Bij tegenslag en verdriet vragen bidders tijdens hun gebed naar de bovennatuurlijke reden van een gebeurtenis. Tijdens het bidden kunnen mensen hetgeen hen is overkomen een positieve wending geven. Zij kunnen de gegeven situatie herdefiniëren (*reappraisal*), waardoor deze minder bedreigend wordt. Volgens Levine (2008) kan een gebed de beoordeling van een situatie zodanig beïnvloeden dat iemand het probleem anders gaat zien of er anders op reageert. Men kan tijdens het bidden een gebeurtenis beschouwen als een uitdaging of test van God, en besluiten om vervolgens meer op God te gaan vertrouwen (Pargament 1997). Tijdens het bidden kan men ook zich zorgen gaan maken over de overtreding van geboden, zonden, de hel, de duivel, of de afkeuring en straf van God.

2. Bidden en het uitoefenen van controle

Ten tweede kan bidden gezien worden als een handeling waarmee men greep probeert te krijgen op de eigen emoties die rondom een gebeurtenis zijn ontstaan (functie 2 van Pargament et al. 2000: *mastery and control*). Door bij stress tot bidden over te gaan en God om hulp te vragen, wordt het gevoel van controle vergroot. Hierdoor worden onveranderlijke, moeilijke omstandigheden dragelijker. Ook de gedachte dat men het probleem in Gods hand legt, iets aan God overlaat, kan helpen om het probleem los te laten. Hierdoor kan de stress die rondom een situatie speelt, afnemen (Pargament et al. 2000).

Ladd & Spilka (2015) brengen de neiging van mensen om in nood te gaan bidden, in verband met het reduceren van de dissonantie die ontstaat als mensen geen controle hebben over hetgeen hen overkomt. Door rituelen uit te voeren en de hulp in te schakelen van “*supernatural agents*” (Ladd & Spilka 2015: 448) krijgen zij gevoelens van machteloosheid weer onder controle. Levine (2008) beschouwt bidden daarom als een actieve vorm van coping. Een voorbeeld hiervan zijn de wraakgebeden die door vluchtelingen uit Bosnië of Kosovo in de Verenigde Staten

worden uitgevoerd om hun machteloosheid, frustraties en woede naar hun agressor te kunnen hanteren (Ai et al. 2005b).

Zell & Baumeister (2015) wijzen op de functie van bidden als middel om zichzelf te beheersen. Door te bidden kunnen mensen proberen om weerstand tegen hun impulsen te bieden waardoor zij kunnen voorkomen dat zij gedrag vertonen dat zij vanuit hun geloof moreel afkeuren, of dat hun problemen kan vergroten. Bidden is dan een middel om zichzelf en de eigen verlangens en neigingen te controleren, zodat men niet iets doet waar men later spijt van heeft. Men kan zichzelf door te bidden beter in de hand houden en beheersen, zodat men gedrag vertoont dat men wenselijk vindt. Uit het onderzoek van Ben-Ze'ev (2002) blijkt bijvoorbeeld dat orthodoxe joden hun negatieve emoties, zoals woede, verdriet, teleurstelling of haat naar anderen weten te verminderen, doordat zij in hun gebed gericht zijn op vergeving (zie ook McCullough et al. 2005).

Bidden kan functioneren als een middel voor zelfdisciplineren. Als men zich in een moeilijke situatie bevindt, of bloot staat aan "verleidingen", kan bidgedrag ondersteunen om weerstand te bieden tegen sterke innerlijke verlangens en impulsen. Een dergelijke vorm van zelfbeheersing door te bidden is terug te zien bij bekeerde, voormalige alcohol- en drugsverslaafden (Pargament 1997) die tot God bidden als zij onder druk staan en geneigd zijn om in hun oude verslavingspatroon terug te vallen. Door op dergelijke crisismomenten tot God te bidden, momenten waarop zij worstelen om hun impulsen te beheersen, vinden zij de kracht om innerlijk weerstand te bieden. Ook uit onderzoek onder hiv-patiënten, blijkt dat zij bidden gebruiken om zichzelf op seksueel gebied te beheersen (Des Jarlais et al. 1997; Avants et al. 2005). Op deze wijze proberen zij te voorkomen dat zij in het seksuele contact met anderen risico's nemen, waardoor zijzelf of anderen geïnfecteerd kunnen worden met hiv. Het tonen van zelfbeheersing draagt bij aan het gevoel van voldoening en zelfwaardering, omdat men dan immers volgens de eigen religieuze idealen leeft en men zwakheden weet te overwinnen. Volgens Zell & Baumeister (2015) werkt het idee dat God helpt ondersteunend, omdat men er niet alleen voor staat. Daarnaast doen gelovigen meer hun best om iets te weerstaan als zij weten dat God dit gedrag afkeurt.

Levine (2008) geeft in zijn artikel een dramatisch voorbeeld van het uitoefenen van controle door te bidden. Als een Rwandese vrouw van Tutsi afkomst zich in een schuilplaats voor moordende Hutu bendes verborgen houdt, bidt zij in deze angstwekkende situatie tot Jezus. Dit geeft haar een gevoel van Zijn nabijheid en bescherming. Daardoor weet zij haar angst te beteugelen en kan zij zich zo stil te houden, dat zij niet wordt opgemerkt. Door vele uren biddend in haar schuilplaats door te brengen, is zij in staat om zichzelf af te leiden en kan zij haar angst en wanhoop in bedwang gehouden.

Bidden kan echter ook gevoelens van machteloosheid en controleverlies vergroten, bijvoorbeeld als men ervaart dat bidden geen houvast biedt, niet werkt of zinloos is. Minder positief is ook als bidden bijdraagt aan het vermijden van probleemconfrontatie, terwijl dit gezien de omstandigheden adequater zou zijn. In hun kwalitatieve onderzoek onder christelijke respondenten naar de effecten van bidden bij probleemhantering onderscheiden de onderzoekers Bade & Cook (2008) een speciale dimensie die verheldert in hoeverre bidden het benaderen of juist het vermijden van een probleem stimuleert (*approach/ avoidance*). Een aantal van de respondenten uit hun onderzoek gebruikten hun gebed om de kracht te vinden om problemen aan te pakken: “*Pray for the strength to handle difficulties*”. Deze vorm van bidden is te beschouwen als een vorm van emotiegerichte coping, die aanzet tot probleemgerichte coping.

3. *Bidden en emotionele geborgenheid bij God*

Ten derde zoeken veel bidders in tijden van nood naar troost en nabijheid van God (functie 3 van Pargament et al. 2000: *comfort and closeness to God*). Volgens Levine (2008) kan bidden de angst voor een stressor verminderen, als God voor iemand in nood fungeert als een soort van “hechtingsfiguur” (*attachment figure*), waarbij men emotionele geborgenheid vindt. Hierdoor nemen angsten en onzekerheden af (McCullough et al. 2005). Volgens Pargament (1997; Pargament et al. 2015) en Levine (2008) treedt er bij bidders ook stressvermindering op als zij zich openstellen voor positieve emoties, zoals liefde en dankbaarheid. Emmons (2005) wijst er op dat vooral vrome gelovigen hiertoe goed in staat zijn, vanwege hun gewenning om in hun gebed sterke positieve emoties te creëren, zoals liefde, ontzag, eerbied, dankbaarheid, verwondering en hoop.

Zoals al eerder is aangegeven, kan bidden ook stressverhogend werken. Bijvoorbeeld als degene die bidt tegen de verwachting in bij God geen geborgenheid, liefde en troost ervaart. Of het gevoel van verbinding uitblijft, men zich door God verlaten voelt, of als schaamte- en schuldgevoelens overheersen en men bang is voor Gods woede of afkeuring. Hierdoor kan het bidden een nare ervaring zijn, waardoor gevoelens van onveiligheid, onzekerheid, wanhoop en eenzaamheid optreden of zich verdiepen.

4. *Bidden en de steun van geloofsgenoten in nabijheid van God*

Ten vierde kan door te bidden bij problemen de betrokkenheid met geloofsgenoten intensiveren, waardoor spanningen verminderen (functie 4 van Pargament et al. 2000: *intimacy with others and closeness to God*). Veel mensen bidden samen met anderen, zij bidden voor het welzijn van anderen of er wordt door geloofsgenoten voor hen gebeden. Bidden versterkt zo de sociale relaties met anderen (Durkheim

1915/2003). Ook kan men door aan het leed van anderen te denken de eigen problemen beter relativeren door de gedachte dat anderen het moeilijker hebben. Als anderen voor jouw welzijn bidden, staat iemand er minder alleen voor. Geloofsgenoten kunnen ook als rolmodellen fungeren (Alma 1998) en motiveren om in moeilijke tijden door te zetten.

Er kunnen rondom bidden echter ook spanningen optreden met geloofsgenoten, waardoor de steun en de verbondenheid met geloofsgenoten onder druk komt te staan. Bidgedrag kan kritische opmerkingen van geloofsgenoten oproepen. Men kan bijvoorbeeld in de ogen van geloofsgenoten te weinig bidden, bij problemen niet genoeg op bidden vertrouwen of op een verkeerde wijze bidden. Hierdoor kan iemand zich buitengesloten voelen, of menen dat men minder waard is dan geloofsgenoten. Een gevolg hiervan kan zijn dat men geloofsgenoten en religieuze bijeenkomsten gaat mijden, waardoor een kans op steun en het samen delen van religieuze ervaringen verloren gaat.

5. Bidden en het bewerkstellingen van transformatie

Ten vijfde kan bidgedrag een onderdeel zijn van het bewerkstellingen van een transformatie (functie 5 van Pargament et al. 2000: *life transformation*). Bidden kan een middel zijn om een gewenste ingrijpende verandering in levensstijl te stimuleren, bijvoorbeeld als een specifieke wijze van bidden onderdeel uitmaakt van een nieuwe vorm van religiositeit. Dit wordt bijvoorbeeld zichtbaar in het onderzoek onder islamitische vrouwen in Caïro van Mahmood (2001a). Door op gedisciplineerde, intensieve, bewuste wijze tot God te bidden, stimuleren deze moslima's innerlijke verandering, hetgeen hen afleidt van hun aardse zorgen en stress. Bidden kan aanzetten tot ander gedrag, zoals het vergeven van anderen en het naleven van religieuze geboden, verboden en principes (Zell & Baumeister 2015). Bidden kan als middel worden ingezet om een gewenste innerlijke verandering te bewerkstellingen en vol te houden. Het kan ook echter ook frustrerend zijn als dit niet lukt en men faalt om religieuze idealen na te leven.

6. Bidden en identiteitsversterking

Het streven naar innerlijke verandering door middel van bidden, kan een onderdeel zijn van de sociale identiteit waar iemand voor kiest. Dit verwijst naar de zesde functie van bidden, namelijk dat bidgedrag stress kan verminderen, omdat er van bidgedrag een identiteitsversterkende werking kan uitgaan (functie 6 van Pargament et al. 2011: *identity*). Bidden en het vervullen van een gebedsplicht kan een belangrijk onderdeel uitmaken van de religieuze en sociale identiteit die iemand nastreeft. Een sterke religieuze identiteit geeft richting aan hoe iemand het eigen leven wil vormgeven, zij maakt deel uit van het ego-ideaal. Als men in staat is om

volgens idealen te leven, door bijvoorbeeld een gebedsplicht goed na te leven, bevordert dit volgens Levine (2008) het gevoel dat men een goed mens is. Op deze wijze kan bidden bijdragen aan zelfwaardering. Zo zegt Levine (2008):

Fulfilling a duty or acting in accord with an ideal will result in enhanced self-esteem. "I did the right thing, or I did a good thing, therefore I am a good person", is the algorithm. People who are socialized in religious belief and practice feel ill at ease if they fail to pray. They feel more comfortable after having fulfilled their religious duty (Levine 2008: 87).

Ook Spilka (2003) en Ozorak (2005) zijn van mening dat een religieuze identiteit die men met anderen deelt, de zelfwaardering (*self-esteem*) kan versterken. Bidden kan een vorm van gedrag zijn dat binnen de religieuze gemeenschap waartoe men behoren wil, sterk wordt gewaardeerd. Door te bidden in moeilijke tijden en de hoop niet te verliezen, is men een waardig lid van de religieuze gemeenschap. Bidden versterkt het besef verbonden te zijn met andere geloofsgenoten die vanuit hun religieuze identiteit, zowel in het verleden als heden met behulp van hun gebed tegenslag hebben overwonnen.

In vergelijking met personen die zich minder sterk op hun religie oriënteren gaan volgens Ben-Ze'ev (2002) en Emmons (2005) vrome gelovigen met een sterke religieuze identiteit beter met stress om. Door het uitvoeren van hun dagelijkse gebedsrituelen en het daarbij in stilte verkeren met God, ontstaan bepaalde fysiologische, affectieve en cognitieve effecten. En geïnspireerd vanuit hun religieuze identiteit zien zij hun eigen leed in een ander daglicht. Het gevolg hiervan is volgens Ben-Ze'ev (2002) dat deze orthodoxe bidders minder snel door ingrijpende gebeurtenissen uit het veld worden geslagen en dat zij minder snel emotioneel geraakt worden door wereldse problemen dan anderen.

Als bidden echter als middel bij stress niet werkt, kan men menen dat men hierdoor geen waardig lid meer is van een religieuze gemeenschap, waardoor de zelfwaardering die men aan de religieuze sociale identiteit kan ontleen, afneemt.

7. Bidden en geloofsverdieping

Ten zevende kan iemand bidden gebruiken voor geloofsverdieping (functie 7 van Pargament et al. 2011: *the search for the sacred or spirituality itself*). Bidden kan aangewend worden voor religieuze verdieping, doordat men op deze wijze de verbinding met God versterkt en religieuze ervaringen oproept. Door frequent, intensief en vanuit aandacht te bidden, verblijft de bidder in de sacrale wereld van God, een werkelijkheid die een alternatief biedt voor het wereldse bestaan. Problemen worden zo minder urgent en relevant. Het in het gebed creëren van een sacrale werkelijkheid kan misschien vergeleken worden met wat Pargament (1990) de werking van vermijdende copingstrategieën, zoals dagdromen, noemt

(Pargament 1990: 799). Volgens Pargament (1990) kan dergelijk vermijdend gedrag een positief effect hebben, omdat hierdoor negatieve emoties, zoals angst en wanhoop verminderen. Ook Ellison & Taylor (1996) zijn van mening dat bidden negatieve emoties kan reguleren, doordat bidden afleidt van een stressgevende situatie.

Maar als bidden niet helpt om geloofsverdieping, verbinding met God en het religieuze, sacrale domein te creëren, verlies men een belangrijke toevlucht. Er is dan geen waardevolle afleiding meer voor problemen. Hierdoor kunnen gevoelens van verlatenheid en wanhoop toenemen.

8. Bidden en relaxatie

De achtste functie van bidden die wij op basis van Masters & Spielmans (2007) onderscheiden, is bidden bij stress om lichamelijk te ontspannen. Volgens Levine (2008) kan iemand door te bidden fysiologische veranderingen bij zichzelf bewerkstellingen, waardoor er een ander bewustzijn en een andere emotionele toestand ontstaat. Bidden kan zo functioneren als middel voor stressontlading, als een geconditioneerde stimulus, waarmee geoefende bidders zichzelf tot rust weten te brengen. Als het lichaam tot rust komt, verminderen de fysiologische reacties op stress, waardoor ook angst- en stressreacties afnemen en het gevoel van welbevinden kan toenemen (Breslin & Lewis 2008). Levine (2008) brengt dit in verband met een meditatieve, contemplatieve wijze van bidden. Iemand kan dan tijdens het gebed "in stilte" verkeren. Hij geeft ook het voorbeeld van het Joodse gebed, dat volgens Ariel (1995) door de fysieke effecten van het zingen, de aanwezigheid van rituele symbolen, de signalen tijdens de dienst en het oproepen van religieuze concepten een ander bewustzijn creëert (Ariel 1995: 187, bij Levine 2008: 89).

Er kunnen echter ook nadelige lichamelijke effecten door bidedrag ontstaan. Zo kunnen bidders die te veel nadruk leggen op het op juiste wijze uitvoeren van bidrituelen, ook fysiologische klachten en spanningen bij zichzelf veroorzaken, doordat men te weinig rekening houdt met de eigen fysieke beperkingen en men over de eigen grenzen heen gaat.

Op basis van het bovenstaande zijn er dus acht functies van bidden te formuleren, die bij kunnen dragen aan zowel het verminderen als het vergroten van stress. In de volgende paragraaf behandelen wij de theorievorming en het onderzoek naar de religieuze coping van moslims. In hoeverre is het hierboven beschreven theoretische kader toepasbaar op de situatie van islamitische respondenten in Nederland?

2.5. Over de religieuze coping en het bidden van moslims

Volgens het onderzoek van Abu Raiya, Pargament, Mahoney & Stein (2008) maken moslims net als andere gelovigen in tijden van nood en spanningen gebruik van religieuze coping, waaronder bidden. Ook islamitische respondenten putten in tijden van nood veel kracht uit hun geloof, hun geloofsgemeenschap en het contact met God (Abu Raiya & Pargament 2010). Zij vinden in hun geloof emotionele geborgenheid, betekenis, een sterke identiteit, spiritualiteit en verbondenheid en steun vanuit hun geloofsgemeenschap. Abu Raiya & Pargament (2010) noemen de volgende functie die de islam voor moslims kan vervullen:

Islam plays a central role in the well-being of Muslims as it is linked to every domain in their lives (...) Similar to other faiths (Pargament, 1997), Islam serves a variety of functions, such as the provision of comfort, meaning, identity, spirituality, and community. For instance, Abu Raiya et al. (2008) found that the different subscales of the PMIR⁵ were associated with diverse indices of well-being including Satisfaction with Life, Positive Relations with Others, Purpose in Life, Physical Health, Alcohol Use, Depressed Mood, and Angry Feelings (Abu Raiya & Pargament 2010: 183).

Abu Raiya & Pargament (2010) geven echter ook aan dat er verschillen zijn tussen moslims en degenen met een andere geloofsovertuiging. Daarom hebben zij aparte schalen ontworpen voor het meten van religieuze coping onder islamitische respondenten. Bij de items van deze schalen wordt verwezen naar islamitische begrippen en praktijken, zoals de onderwerping aan God, het praktiseren van bepaalde religieuze voorschriften, specifieke opvattingen over het hiernamaals, de wil van God, afvalligheid en specifieke rituelen. Deze islamitische context hebben wij wel meegenomen in ons eigen onderzoek, zonder daarbij echter in het kwantitatieve onderzoek gebruik te kunnen maken van de schalen van Abu Raiya & Pargament (2010), omdat ons onderzoek in 2009 heeft plaatsgevonden.

Welke specifieke islamitische oriëntaties en (bid)praktijken zijn binnen de Nederlandse context voor moslima's van Marokkaanse afkomst relevant? In deze toelichting zullen wij eerst relevante islamitische voorschriften en opvattingen behandelen. Vervolgens gaan wij nader in op de eigenschappen van specifieke islamitische gebedsvormen. Daarbij worden eerst de eigenschappen van het verplichte *salaat*gebed uiteengezet, omdat dit verplichte gebed een essentiële rol speelt in het leven van veel praktiserende moslims. Vervolgens worden in het kort

⁵ De PMIR zijn speciaal door deze onderzoekers ontwikkelde schalen voor het meten van vormen van positieve en negatieve coping onder islamitische respondenten. Zie voor deze schalen de toelichting in hoofdstuk 6 paragraaf 6.3.2. onder het kopje Onderzoeksvragen: validiteit.

ook andere gebedsvormen behandeld, zoals *dhikr*gebeden en *doua* of smeekbeden. Tot slot geven wij beknopt weer wat er vanuit onderzoek bekend is over de psychologische effecten van deze vormen van bidden en wat zij in het copingproces kunnen betekenen.

Allereest staat voor moslims de overgave en onderwerping aan God centraal. Het woord “islam” betekent overgave (Nasr 2004) en het woord “moslim” verwijst naar degene die zich heeft onderworpen (Winchester 2008). Het zich onderwerpen aan God, Allah, vormt de eerste zuil van de islam. Het belang van God wordt door Nasr (2004) als volgt toegelicht:

At the heart of Islam stands the reality of God, the One, the Absolute and the Infinite, the Infinitely Good and All-Merciful, the One Who is at once transcendent and immanent, greater than all we can conceive or imagine, yet, as the Quran, the sacred scripture of Islam, attests, closer to us than our jugular vein. The One God, known by his Arabic name, Allah, is the central reality of Islam in all of its facets, and attestation to his oneness, which is called *tawhid*, is the axis around all that is Islamic revolves (Nasr 2004: 3).

De aanbidding van God in het *salaat*gebed vormt de tweede zuil van de islam. In dit gebed geeft de gelovige zich over aan God. Vijf keer per dag bidden veel moslims wereldwijd op vijf vastgestelde dagelijkse tijdstippen dit verplichte rituele gebed. De betekenis van dit gebed zullen wij nog nader toelichten. De derde zuil van de islam betreft het vasten (*sawm*) tijdens de maand Ramadan en de vierde zuil verplicht moslims tot het geven van aalmoezen (*zakat*). De laatste zuil betreft het verrichten van de bedevaart (*hadj*) naar Mekka.

Gelovige moslims zijn gericht op het zo goed mogelijk praktiseren van de islam in hun dagelijks leven. Zij volgen de richtlijnen voor goed gedrag die God hen in de koran heeft gegeven. Zij geloven in de koran, het heilige boek dat zij beschouwen als het woord van God, zoals dit aan de profeet Mohammed geopenbaard werd in de periode tussen 610 en 632 (Ljamai 2005). Zij proberen de weg van God te volgen en weerstand te bieden tegen wereldse verleidingen die zij toeschrijven aan de duivel die met hun gedachten speelt. Zij houden rekening met Gods geboden, verboden en voorschriften. Verboden zijn bijvoorbeeld moord, overspel, diefstal, het eten van varkensvlees, het drinken van bloed, het gebruik van alcoholische dranken, bedrog, gokken en onkuis gedrag (Nasr 2004). Daarnaast wordt ook de levenswijze van de profeet als voorbeeld gesteld, zoals die zijn weergegeven in de *hadith* en de *soenna*. Het vertonen van waardig gedrag wordt belangrijk gevonden, zoals het vertonen van kuis en respectvol gedrag en het respecteren van de eigen ouders. Gelovige moslims proberen te voorkomen dat zij kwaad spreken, anderen benadelen, slecht behandelen of over hen oordelen (Van Bommel et al. 2005).

Specifieke islamitische opvattingen die een rol spelen in het dagelijks leven van moslims zijn hun opvattingen over het hiernamaals en de wil van God. Moslims geloven in de koran als zijnde het woord van God. Zij geloven in het hiernamaals en het bestaan van de hemel en de hel. Zij geloven in het bestaan van engelen, de duivel en geesten. Moslims geloven dat God na hun overlijden hun goede en slechte daden tegen elkaar afweegt en dat Hij op basis daarvan besluit of Hij hen naar het paradijs of de hel zal sturen (Van Bommel et al. 2005). Moslims geloven in de wil van God en het lot. Zij beschouwen God als almachtig en als degene die hun lot kan overzien en bepalen. Maar zij geloven ook dat God een mens die over voldoende verstandelijke vermogens beschikt, vrij laat om keuzes te maken. God maakt de mens dus verantwoordelijk voor zijn eigen daden. Als een mens zich echter tijdens het wereldse leven slecht heeft gedragen, kan God hem of haar naar de hel sturen. Het is daardoor voor moslims essentieel om tijdens hun aardse bestaan zo goed mogelijk hun best te doen om de voorschriften van God na te leven en goede werken te verrichten.

Dit geloof in het eeuwige leven in het hiernamaals geeft richting aan de wijze waarop gelovige moslims hun dagelijks leven inrichten (Nasr 2004). Zij hechten er veel waarde aan om tijdens hun aardse bestaan religieuze verdiensten (*hasanat*) te verwerven door in de ogen van God een goed en rechtvaardig mens te zijn. Richtlijnen voor goed gedrag zijn verbonden met islamitische waarden en normen. Volgens Van Bommel et al. (2005) zijn belangrijke islamitische waarden sociale rechtvaardigheid, gelijkheid en vrijheid. Moslims mogen niet over anderen oordelen, dat is alleen aan God. Zij moeten aan ieder mens dezelfde waarde toekennen, zonder onderscheid van achtergrond, sekse, klasse of ras (Van Bommel et al. 2005).

Van alle islamitisch rituelen is het bidden van het verplichte *salaat*gebed het belangrijkste (Nasr 2004). Het bidden van de *salaat* vormt de tweede zuil van de islam. Volgens Heiler (1921) fungeert het "plichtgebed" de *salaat* als geschenk of offer aan God. Hij schrijft: "*Im arabischen bedeutet 'asara' sowohl eine bestimmte Gebetszeit als auch 'Gabe', Geschenk*" (Heiler 1921: 71, 72). Door het verrichten van dit rituele gebed toont een moslim aan God zijn of haar overgave, toewijding en respect. Hoewel er in het *salaat*gebed nauwelijks ruimte is om zich in de eigen taal, in eigen woorden of op een eigen manier uit te drukken, kunnen volgens Heiler (1921) vrome bidders het met aandacht reciteren als een krachtig middel ervaren om nader tot God te komen:

Es gibt immer wieder Fromme, die, von einem persönlichen religiösen Drange beseelt, sich in den Sinn der gebotenen Gebetsformel vertiefen, die nicht gedankenlos, oder betrachtend beten; sie dringen durch die Worte der Formel zum Geist ihrer Schöpfer zurück (Heiler 1921: 484).

Ook de respondenten uit het onderzoek van Winchester (2008) noemen het bidden van de *salaat* “*Gods time*”. Dat dit gebed kan ondersteunen, kan in verband staan met een aantal factoren. Het bidden van de *salaat* versterkt bij veel moslims het besef dat voor hen God en het eeuwige leven in het hiernamaals essentieel zijn. Door dit verplichte gebed met overgave te bidden, verkeert een moslim in de aanwezigheid van God en vervult hij of zij een belangrijke religieuze plicht, waardoor religieuze verdienste en de kans op het paradijs toeneemt. Het volbrengen van hun religieuze gebedsplicht geeft hen hierdoor innerlijke rust en voldoening. De betekenis van het *salaat*gebed is dus meervoudig. Het is zowel het inlossen van een religieuze plicht als een offer aan God. Omdat het doel van de *salaat* aanbidding van God is, is dit gebed een vorm van wat Ladd en Spilka (2002; 2006; 2015) “*Upward prayer*” noemen.

Kenmerkend voor het *salaat*gebed is volgens Heiler (1921) dat dit gebed in hoge mate is geritualiseerd. Dit geldt voor zowel in hoe dit gebed wordt voorbereid, de tijdstippen waarop wordt gebeden, de gebedsrichting, de gebedshoudingen, de gebedsgebaren, als in de woordkeuze (Heiler 1921). Voorafgaand aan dit rituele gebed dient men zich eerst ritueel te reinigen, door het uitvoeren van de *woedoe* en het uitspreken van de juiste intentie (*niyyah*). Het *salaat*gebed kan overal worden verricht, mits er een plek is om te bidden die als schoon wordt beschouwd (Esposito 2003). Dit betekent volgens Henkel (2005) dat een moslim door de bijzondere eigenschappen van het *salaat*ritueel, overal waar men is een gewone ruimte in een sacrale plaats kan omvormen, waar men zich aan God overgeeft en Hem nabij is.

Gezien het belang dat aan lichamelijke handelingen wordt gehecht, spreekt Winchester (2008) bij de *salaat* over: “*embodied religious practices of ritual prayer*”. Henkel (2005) spreekt bij het *salaat*gebed van de “*choreography of prayer*”:

The prayer’s recitation is paralleled by body movements of the practitioner; the ritual cleaning of the body, the careful preparation of the prayer space, the direction of the body towards Mecca, the solemn standing at the outset of prayer, the bowing toward Mecca, and, most dramatically, the multiple prostrations of the *salat* all enact and emphasize the spoken affirmation of submission and alliance (Henkel 2005: 496, 497).

Door op vaste tijden van de dag de *salaat* te bidden, schept een gelovige moslim orde en regelmaat in het dagelijks bestaan (Winchester 2008). Door het *salaat*ritueel ontstaan op een dag vijf sacrale momenten waarop moslims de serene, vredige wereld van God kunnen betreden. Winchester (2008) zegt hierover:

Performed at five distinct times during a day – early morning (fajr), midday (zuhr), afternoon (asr), dusk (maghrib), and evening (isha), - *salaat* serves to create qualitative distinctions between those five times and others. Practicing prayer at five moments throughout the day creates- in and through practice- a distinction between the more relative time of everyday life and the more absolute and authoritative time of God (Winchester 2008: 1764).

Het bidden van de *salaat* heeft op moslims een rustgevend effect. In de koran wordt het woord “bidden” vaak verbonden met het vinden van vrede en rust (Shakir 2005). Dit wordt in verband gebracht met zich overgeven aan Gods wil en het besef dat alleen het eeuwige leven van belang is. Winchester (2008) beschouwt de *salaat* als een vorm van bewegende meditatie, vanwege de ontspannende effecten van dit gebed. Volgens Winchester (2008) kan de *salaat* bij praktiserende moslims naast dankbaarheid ook “*humility*” en “*mindfulness*” versterken. De inhoud van de *salaat*gebeden wordt volgens Esposito (2003) gekenmerkt door:

... recitations from the Quran and formulas of praise of God (takbir); must be done facing the direction of the Kaaba in Mecca (qiblas). Each prayer has two to four cycles (rakah), each containing a series of postures, most characteristic of which is prostration (Esposito 2003: 275).

Volgens Ljamai (2005) zijn islamitische geleerden van mening dat er alleen van een gebed sprake is als er verzen uit de koran worden gereciteerd. De recitatie van diverse koranverzen (*tilawa*) staat centraal in de wijze waarom moslims God eren. Het woord “*koran*” verwijst naar recitatie, het voorlezen. De koran bevat soera's, die opgedeeld zijn in verzen. Bij aanvang van en tijdens het *salaat*gebed wordt de openingssoera uit de koran, het “*al-fatiha*” gereciteerd. In dit korte aanvangsgebed wordt God zowel aanbeden als om bijstand gevraagd. *Soerat al-fatiha* luidt volgens de vertaling van Leemhuis (1992: 8) als volgt:

(1) In naam van God, de Erbarmmer, de Barmhartige. (2) Lofzij God, de Heer van de wereldbewoners, (3) de Erbarmmer, de Barmhartige, (4) de heerser op de oordeelsdag, (5) U dienen wij en U vragen wij om hulp. (6) Leidt ons op de juiste weg, (7) de weg van hen aan wie U genade geschonken hebt, op wie geen toorn rust en die niet dwalen (Leemhuis 1992: 8).

Wat kan het bidden van de *salaat* in moeilijke tijden voor moslims betekenen? Vanuit het onderzoek naar het *salaat*gebed blijkt dat moslims tot rust komen door het bidden van de *salaat* (Abu Raiya & Pargament 2010). Als zij spanningen ervaren, door frustraties, angst, onzekerheid, verwarring, boosheid, of verdriet, helpt dit gebed hen om hun emoties de baas te worden. Door het bidden van de *salaat* geven moslims zich over aan God en Zijn wil, waardoor zij beter in staat zijn om moeilijke gebeurtenissen die spanningen oproepen te interpreteren, te hanteren en te

accepteren. Tijdens de *salaat* maakt een moslim contact met God, waardoor zij zich gesterkt voelen. Tijdens en direct na de *salaat* kan men om God steun vragen, waardoor het vertrouwen toeneemt dat een probleem met Gods hulp goed zal komen.

Mahmood (2001a; 2005) duidt op de persoonlijke kracht die de moslima's uit haar onderzoek in een moskee in Caïro ontwikkelen met behulp van het *salaat*gebed. Deze vrouwen gebruiken het *salaat*gebed om innerlijke verandering te bewerkstellingen. Als zij voorafgaand aan hun *salaat*gebed hun angst voor de hel en hun ontzag voor God oproepen, beleven zij tijdens hun gebed het contact met hun Schepper bewuster en intenser. Op deze wijze ontwikkelen zij een vroom-zelf (*pious self*). Het effect hiervan is dat hun zelfwaardering toeneemt.

Binnen de Nederlandse context is onder islamitische jongeren uit migrantengezinnen het bidden van de *salaat* als tweede zuil van de islam, een belangrijk onderdeel geworden van hun islamitische identiteit (De Koning 2008; Roex et al. 2010; Maliepaard & Gijsbert 2012). Het bidden van de *salaat* geeft hen houvast bij het vormgeven van hun leven in Nederland. Door dit gebed te praktiseren, voelen deze jongeren zich wereldwijd verbonden met geloofsgenoten. Deze religieuze identiteit beschermt hen tegen discriminatie op basis van hun achtergrond. Dit laatste staat mede in verband met de toenemende negatieve beeldvorming over de islam, zoals deze naar voren komt in kranten, op televisie, op internet en sociale media en in de Tweede Kamer bij de discussies over de islam vanuit de PVV (Tillie 2008).

Naast de *salaat* bidden moslims ook andere islamitische gebeden die een ontspannende en geruststellende werking kunnen hebben, zoals korte lofgebeden, dit zijn *dhikr*gebeden die moslims uitspreken om God te eren (Yucel 2007). Bij *dhikr*gebeden gaat het volgens Esposito (2003) in the Oxford Dictionary of Islam om:

Remembering or reminding. In Islamic devotional practice, it represents the way of reminding oneself of God, based on the Quranic injunctions such as "O you who believe, remember Allah with frequent dhikr" (33: 41) (Esposito: 2003: 67).

Deze *dhikr*gebeden bestaan bijvoorbeeld uit het vaak herhalen van aanroepingen, zoals het uitspreken van Gods naam of Zijn 99 namen. Het effect van dergelijke gebeden wordt ook wel meditatief genoemd (Yucel 2007), vanwege het rustgevend effect als deze gestandaardiseerde korte lofgebeden op ritmische wijze frequent worden herhaald.

Een ander belangrijk gebed dat moslims uitvoeren, is het smeekgebed of *douagebed*. In dit gebed vragen zij God persoonlijk om steun. Geertz (1960/1976) beschrijft het *douagebed* als een vrijwillig persoonlijk gebed. Esposito (2003) geeft de volgende omschrijving van dit gebed:

An appeal or invocation; (...) they are often performed kneeling at the end of the formal ritual prayers (*salat*) and are accompanied by a gesture of outraised hands with the palms facing up. Special duas follow formulas established by the Prophet and other significant religious leaders (Esposito: 2003: 70).

Douagebeden kunnen gecombineerd worden met het *salaat*gebed, maar zij kunnen ook op allerlei andere momenten worden uitgesproken (Yucel 2007). Bij deze gebeden kan er sprake zijn van zowel vaste, gestandaardiseerde gebedsformules in het klassiek Arabisch, als een verzoek doen aan God in de eigen taal en eigen woorden. Geertz (1960/1976) wijst op basis van zijn onderzoek onder moslims in Indonesië op het persoonlijke en vrije karakter van dit type gebeden in vergelijking met het formele rituele *salaat*gebed:

... a sharp distinction being made between these obligatory acts of worship and any voluntary personal prayer (*doua*) one may wish to direct God for various special purposes of one's own, which can be done anytime, with any phrasing, and in Javanese rather than Arabic if one wishes (Geertz 1960/1976: 216).

Een bidder kan in het *douagebed* problemen aan God voorleggen en daarbij onzekerheden, angsten, spanningen in het contact met anderen, wensen of behoeften uiten (Yucel 2007). *Doua* of smeekgebeden zijn dus te beschouwen als vraaggebeden (*petitionary prayer*). Veel moslims bidden niet alleen smeekgebeden voor hun eigen welzijn, maar vragen daarnaast ook steun van God voor het welzijn van anderen. In het dagelijks leven spreken veel moslims smeekgebeden uit om elkaar te troosten. *Douagebeden* versterken daardoor de verbondenheid met geloofsgenoten. Als *douagebeden* betrekking hebben op relaties van de bidder met de buitenwereld, zijn zij volgens de indeling van Spilka & Ladd (2013) te beschouwen als een vorm van *Outward prayer*.

Douagebeden worden door moslims gebruikt om de hulp van God in te roepen. Zij spelen dus een belangrijke rol in het copingproces. In een smeekgebed vragen moslims om de steun van God en kunnen zij hun hart uitstorten. Van de ervaring van de nabijheid en betrokkenheid van God gaat een troostende werking uit (Abu Raiya & Pargament 2010; Khan, Watson & Chen 2011). Psychologisch gezien kunnen de manieren waarop moslims bidden hen dus op allerlei manieren ondersteunen bij het hanteren van spanningen.

Rondom het bidden van islamitische gebeden kunnen er volgens Abu Raiya & Pargament (2010) echter ook spanningen, religieuze twijfels en innerlijke strijd optreden. Hiervan kan sprake zijn als moslims bijvoorbeeld twijfelen over het nut van bidden, of het bestaan van het hiernamaals en de hel, of als men zich vervreemd voelt van God, of als verwachte rustgevende effecten uitblijven, of smeekbeden niet

verhoord worden. Ook het praktiseren van de *salaat* zelf kan spanningen veroorzaken. Bijvoorbeeld, als men meent dat God gebeden niet zal accepteren omdat zij met onvoldoende overgave zijn gebeden. Men kan zich schuldig naar God voelen als men de gebedsplicht verzaakt of als men dit ritueel als zinloos en leeg ervaart. Omdat de koran als Gods woord en de ultieme waarheid wordt beschouwd, kan het uiten van twijfels of kritiek op islamitische overtuigingen en praktijken problematisch zijn. Men kan dan al snel door geloofsgenoten als afvallige of godslasteraar gezien worden.

Al deze bovengenoemde specifieke eigenschappen van de islam kunnen van invloed zijn op de wijze waarop de respondenten uit ons onderzoek bidden en gebruik maken van religieuze coping. Nederlandse moslims van Marokkaanse afkomst behoren tot de Soennitische richting binnen de islam. Net als moslims van andere islamitische richtingen onderwerpen zij zich aan Allah. Zij geloven in de koran, het heilige boek dat zij beschouwen als het woord van God en trekken lering uit de wijze waarop de profeet Mohammed heeft geleefd (Ljamai 2005). Gelovige moslims onder hen praktiseren in hun dagelijks leven de vijf zuilen van de islam (Van Bommel et al. 2005; De Koning 2008). Zij proberen zich daarnaast te houden aan de geboden, verboden en voorschriften die God hen heeft voorgeschreven.

In het volgende hoofdstuk 3 behandelen wij de wijze waarop wij ons kwantitatieve onderzoek hebben verricht en presenteren wij de kwantitatieve onderzoeksresultaten op basis van de analyse van de vragenlijsten van 177 respondenten. In hoofdstuk 4 worden de kwalitatieve onderzoeksbevindingen op basis van 13 interviews met respondenten uit deze groep van 177 hoogopgeleide vrouwen van Marokkaanse afkomst gepresenteerd. In hoofdstuk 5 wordt aandacht gegeven aan de specifieke Nederlandse context waarbinnen islamitische vrouwen hun geloof praktiseren.

Hoofdstuk 3. Resultaten van het kwantitatieve onderzoek

3.1. Inleiding

In dit hoofdstuk worden de kwantitatieve onderzoeksresultaten van deze studie gepresenteerd. Tot dus ver is er in Nederland nog geen onderzoek verricht naar de wijze waarop hoogopgeleide moslima's van Marokkaanse afkomst hun geloof aanwenden bij stress. Er is niet bekend of zij op moeilijke momenten gebruik maken van religieuze zingeving, of zij rituelen uitvoeren, of zij bidden en in hoeverre dit bijdraagt aan hun welzijn. Wel blijkt uit onderzoek dat Nederlandse jongeren van Marokkaanse afkomst sterk religieus georiënteerd zijn en dat zij veel bidden (Demant & Pels 2007; De Koning 2008; Entzinger & Dourleijn 2008; Ketner 2009; Roex et al. 2010; Maliepaard & Gijsberts 2012). Deze onderzoeksgegevens gelden ook voor de hoogopgeleide vrouwen onder hen. Dit maakt het aannemelijk dat de respondenten uit onze studie gebruik maken van religieuze coping en dat bidden daarbij een rol speelt. Om te onderzoeken in hoeverre dit daadwerkelijk zo is, hebben wij de volgende onderzoeksvragen geformuleerd:

“Welke kenmerken heeft de religiositeit en met name het bidedrag van hoogopgeleide Nederlandse moslima's van Marokkaanse afkomst? Op welke wijze gebruiken zij hun religiositeit en het bidden in het bijzonder bij het omgaan met problemen?”

In dit hoofdstuk staat de beantwoording van deze onderzoeksvragen vanuit de kwantitatieve onderzoeksresultaten centraal, terwijl in het volgende hoofdstuk de kwalitatieve onderzoeksgegevens worden weergegeven.

De opbouw van dit hoofdstuk is als volgt. In paragraaf 3.2. wordt de uitvoering van het kwantitatieve onderzoek verantwoord. Er wordt toegelicht welke onderzoeksinstrumenten in de vragenlijst zijn opgenomen en welke aanpassingen zijn gedaan om de vragen geschikt te maken voor islamitische respondenten. Vervolgens wordt beschreven op welke manier de kwantitatieve onderzoeksgegevens zijn verzameld en hoe de data-analyse is verricht.

Vanaf paragraaf 3.3. worden de kwantitatieve onderzoeksresultaten per onderzoeksvraag gepresenteerd. Daarbij worden eerst de algemene sociale kenmerken van de 177 respondenten weergegeven. Vervolgens wordt in subparagrafen aan de hand van de gebruikte onderzoeksinstrumenten aangegeven wat kenmerkend is voor hun religiositeit, bidedrag en religieuze coping. In de discussie in paragraaf 3.4. worden deze onderzoeksresultaten in breder perspectief geplaatst.

3.2. Uitvoering van het kwantitatieve onderzoek

In deze paragraaf wordt in 3.2.1. eerst de constructie van de vragenlijst behandeld en in 3.2.2. de dataverzameling en data-analyse.

3.2.1. Constructie van de vragenlijst

In deze paragraaf geven wij een toelichting op de vragenlijst die is gebruikt voor het kwantitatieve deel van ons onderzoek. Deze vragenlijst is opgenomen in bijlage 1 (bladzijde 393). De vragenlijst bestaat in totaal uit 146 vragen die zijn geclusterd in drie hoofdonderdelen. Het eerste gedeelte van deze vragenlijst bevat vragen naar de sociaal-culturele achtergrond. In het tweede deel gaat het om vragen over de religiositeit en de wijze van bidden van de respondent. In het derde deel worden vragen gesteld over de rol van religie bij het hanteren van problemen. In deel twee en deel drie van de vragenlijst hebben wij gebruik gemaakt van diverse onderzoeksinstrumenten. Wij hebben daarbij gekozen voor onderzoeksinstrumenten die door andere godsdienstpsychologen in Nederland zijn gebruikt of zijn ontwikkeld (Alma 1998; De Vries-Schot 2006; Pieper & Van Uden 2006; Bänziger et al. 2005; Van Uden et al. 2014).

De vragenlijst is als volgt opgebouwd. In het eerste deel zijn twaalf achtergrondvragen opgenomen over respectievelijk de leeftijd; de burgerlijke status; het eventuele kinderaantal; de talen die de respondente spreekt; de opleidingen die zijn gevolgd of gevolgd worden; of de respondente werkzaam is en zo ja waar; of zij bij de eigen ouders inwoont of niet en of zij in Nederland is geboren of elders. Indien de respondente op latere leeftijd naar Nederland is gekomen, is gevraagd naar de leeftijd waarop zij naar Nederland is gekomen.

Het tweede gedeelte van de vragenlijst bevat vragen over de kenmerken van religiositeit, de frequentie van bidden en de wijze van bidden. Om de religiositeit van de respondenten vast te kunnen stellen, zijn in de vragenlijst de volgende drie onderzoeksinstrumenten opgenomen. Er is daarbij gekozen voor 3 items van de Duke Religion Index (de DRI), 17 items uit de Mature Religiosity Scale (de MRS) en 10 items van de Religious Well-Being Scale (de RWBS). Bij de items van deze drie schalen zijn stellingen gebruikt waarbij respondenten kunnen aangegeven in hoeverre zij het met deze stelling eens zijn op een Likertschaal van 1-5.

Met behulp van drie items van de Duke Religion Index schaal (DRI) kan de mate van intrinsieke religiositeit van onze respondenten worden vastgesteld. Deze schaal is ontwikkeld door Koenig, Parkerson & Meador (1997). De DRI-schaal is deels gebaseerd op het onderzoek door Allport (1950) en Allport & Ross (1967). Deze

onderzoekers maken een onderscheid tussen religie als levensdoel op zich of religie als middel voor persoonlijke behoeftebevrediging. Bij degenen voor wie het geloof het belangrijkste levensdoel is, is er sprake van een intrinsieke religiositeit, dit wil zeggen dat deze personen hun dagelijks leven vormgeven vanuit hun religieuze idealen. Hun geloof is voor hen hun belangrijkste inspiratiebron. In het leven van personen met een extrinsieke religiositeit speelt religie een andere rol. Zij gebruiken hun geloof meer vanuit hun persoonlijke behoeften, vanuit bijvoorbeeld hun behoefte aan status, zekerheid en troost.

De Duke Religion Index (DRI) van Koenig, Parkerson & Meador (1997) gebruikt drie van de tien items, waar oorspronkelijk intrinsieke religiositeit mee gemeten is (Hoge 1972). Deze drie items zijn: "Ik ervaar de aanwezigheid van God in mijn leven"; "Mijn geloof is de kern van mijn bestaan" en "Ik probeer mijn geloof tot uitdrukking te brengen in mijn dagelijks leven". Op deze items zijn er op basis van een Likertschaal vijf antwoorden mogelijk die variëren van (1) helemaal mee eens tot (5) helemaal mee oneens.

Vervolgens is er gebruik gemaakt van de schaal van De Vries-Schot (2006) de Mature Religiosity Scale (MRS). Van deze uit 23 items bestaande schaal zijn er 17 items in de vragenlijst opgenomen (De Vries-Schot, Pieper & Van Uden 2012). Deze 17 items geven aan in hoeverre er bij deze respondenten sprake is van "religieuze volwassenheid". De Vries-Schot (2006) heeft deze Mature Religiosity Scale (MRS) ontwikkeld door eerst op basis van literatuuronderzoek vijftig stellingen te formuleren die kenmerkend zijn voor volwassen vormen van geloof. Vervolgens heeft zij deze stellingen voorgelegd aan 49 deskundigen, zoals katholieke en protestante psychologen, psychiaters en theologen. Deze deskundigen hebben zich vervolgens uitgesproken over welke van deze 50 stellingen zij wel of niet indicatief vinden voor volwassen geloof. Op basis van deze evaluatie heeft De Vries-Schot (2006) een schaal met 23 items samengesteld. De Mature Religiosity Scale bevat stellingen zoals: "Ik geloof oprecht, niet omdat het moet of uit angst" en "Ik span mij in om mijn dagelijks leven in overeenstemming te brengen met het geloof". Bij deze schaal kiezen respondenten per item uit vijf antwoordmogelijkheden, die variëren van (1) helemaal mee eens tot (5) helemaal mee oneens.

Wij hebben niet alle 23 items van de Mature Religiosity Scale in de vragenlijst opgenomen. Sommige items zijn minder duidelijk voor islamitische respondenten. Daarom zijn er 5 items die verwijzen naar existentiële waarden niet gebruikt. Een voorbeeld van zo'n niet opgenomen item is: "Mijn geloof is gericht op waarden, die uitgaan boven lichamelijke en sociale behoeften". Bij één item van de Mature Religiosity Scale is ter verduidelijking een extra formulering toegevoegd, zodat deze islamitische respondenten beter begrijpen wat er met het woord

“gerechtigheid” bedoeld wordt. Er is daarbij tussen haakjes toegevoegd: “goede daden”.

De derde schaal die gebruikt is in onze vragenlijst is de Religious Well-Being Scale (RWBS) van Paloutzian & Ellison (1982). Deze schaal meet de mate van religieus welzijn. Deze RWBS is een subschaal van de Spiritual Well-Being Scale, die wordt afgekort met SWBS. De RWBS geeft volgens Bufford et al. (1991) een indicatie van de mate waarin iemand de relatie met God als prettig of als onprettig ervaart. Als iemand God liefdevol en betrokken vindt, wordt dit aangeduid met “*God Affiliation*”. Als men God als afstandelijk en vervreemdend ervaart, spreekt men van “*God Alienation*”.

De RWBS bestaat uit zes positief geformuleerde items en vier negatief geformuleerde items. Een voorbeeld van een positief geformuleerd item is: “ik geloof dat God van mij houdt en om mij geeft”. Een negatief geformuleerd item is bijvoorbeeld: “bidden tot God geeft mij weinig voldoening”. De antwoorden op deze schaal variëren van (1) helemaal mee eens tot (5) helemaal mee oneens. De items van deze subschaal zijn in het Nederlands vertaald door Pieper & Van Uden (2006).

Naast deze drie bovengenoemde schalen, zijn er in de vragenlijst vragen opgenomen over het bidgedrag van de respondenten. Er is gevraagd naar de frequentie van bidden en er zijn vragen gesteld over welke verschillende vormen van bidden de respondenten gebruiken. De bidfrequentie wordt in veel godsdienst-psychologisch onderzoek gebruikt om de mate van religiositeit van respondenten vast te stellen (Paloutzian & Park 2005; Spilka 2003; 2005). Omdat moslims twee belangrijke type gebeden kennen, namelijk het rituele gebed de *salaat* en de smeekgebeden (Abu Raiya et al. 2008, Khan & Watson 2006), is er aan de respondenten gevraagd hoe vaak zij elk van deze typen gebeden bidden. Ook is er een vraag gesteld over de mate waarin zij andere gebedsvormen bidden.

De vragen die ten aanzien van de bidfrequentie in de vragenlijst zijn opgenomen, zijn: “Bid je de *salaat*”, “Bid je smeekbedes” en “Bid je tot Allah buiten de *salaat* en smeekbedes”. Bij de bidfrequentie van de eerste en laatste vraag zijn vier antwoorden mogelijk, namelijk: (1) ja, altijd, (2) ja, vaak, (3) ja, soms en (4) nee, nooit. Bij het bidden van smeekbedes is de eerste antwoordmogelijkheid “(1) ja, altijd” niet aangeboden, wel de laatste drie. Hiervoor is gekozen omdat moslims niet altijd een smeekgebed hoeven te bidden. Dus de vraag: “Bid je smeekbedes?” heeft drie antwoordmogelijkheden, namelijk: (1) ja, vaak, (2) ja, soms en (3) nee, nooit.

Varianten van bidden hebben wij onderzocht met behulp van de gebeds-variantenschaal van Bänziger, Janssen & Van Uden (2005). Met behulp van de 24 items van deze schaal kunnen er patronen in de kenmerken van bidden worden vastgesteld. Deze schaal bouwt voort op het onderzoek naar bidden van Janssen, De

Hart, & Den Draak (1990). Een voorbeeld van een item van deze schaal is: "Tijdens het bidden kan ik mijn hart luchten". De vijf antwoordmogelijkheden bij deze schaal variëren van (1) nooit tot (5) altijd.

In het derde deel van de vragenlijst staat religieuze coping centraal. De mate waarin de respondenten gebruik maken van religieuze coping wordt gemeten met behulp van drie onderzoeksinstrumenten. Dit zijn schalen voor het meten van de religieuze copingstijl van de respondenten, de mate waarin zij receptief zijn ingesteld en de mate waarin er bij hen sprake is van positieve of negatieve religieuze coping.

Om de religieuze copingstijl van de respondenten te kunnen meten, zijn de items van de drie religieuze copingstijlen van Pargament et al. (1988) in de vragenlijst opgenomen. Dit instrument bestaat uit drie subschalen, namelijk: de afwachterende, de samenwerkende en de zelfsturende religieuze copingstijl. De items van deze schalen zijn in het Nederlands vertaald door Alma (1998). Elke subschaal bestaat uit 6 items, waarvan de antwoordmogelijkheden variëren van (1) nooit tot (5) altijd. De afwachterende religieuze copingstijlschaal bestaat uit items zoals: "Wanneer een situatie mij bezorgd maakt, wacht ik tot God die gevoelens van me weg neemt." De samenwerkende schaal kent items zoals: "Wanneer ik mij gespannen of bezorgd voel over een probleem, zoek ik in gebed samen met God naar een manier om mijn zorgen te verminderen". De items uit de zelfsturende schaal zijn geformuleerd als in het voorbeeld: "Ik los mijn problemen op zonder hulp van God".

De mate waarin de respondenten receptief zijn ingesteld, is gemeten met behulp van de acht items van de receptieve copingschaal van Van Uden, Pieper & Alma (2004). De items van deze receptiviteitschaal hebben betrekking op een onpersoonlijke, impliciete God en een houding van vertrouwen waarin men zich ontvankelijk opstelt voor eventuele oplossingen die zich aandienen (Pieper & Van Uden 2005; Van Uden, Pieper & Zondag 2014). Een voorbeeld van een item is: "Na een moeilijke periode wordt de diepere zin van mijn problemen mij onthuld". Een tweede voorbeeld is: "In moeilijke situaties geloof ik er in dat zich uiteindelijk een uitweg aandient". De antwoorden op de items van deze schaal variëren van (1) nooit tot (5) altijd.

Tot slot bevat de vragenlijst een schaal om vast te stellen of de respondenten gebruik maken van positieve of negatieve vormen van religieuze coping. Daarvoor zijn de 14 items van de Brief RCOPE-schaal van Pargament et al. (2000; 2011) in de vragenlijst opgenomen. Deze schaal is gebaseerd op de uitgebreide RCOPE-schaal van Pargament, Koenig en Perez (2000). De RCOPE is een onderzoeksinstrument met een breed scala aan religieuze copingvormen. De Brief RCOPE-schaal bestaat uit twee subschalen, een schaal met 7 items voor vormen van positieve religieuze coping (afgekort als PRC) en een schaal met 7 items voor vormen van negatieve

religieuze coping (afgekort als NRC). Beide schalen hebben vier antwoordmogelijkheden die variëren van (1) bijna nooit, tot (4) bijna altijd.

Bij de schaal voor positieve coping, de PRC gaat het om items die verwijzen naar een: *“sense of connectedness with a transcendent force, a secure relationship with a caring God, and a believe that life has a greater benevolent meaning.”* (Pargament et al. 2011: 58). Een voorbeeld van een item is: *“Als ik problemen heb, zoek ik Gods liefde en zorg”*. Bij de schaal voor negatieve coping, de NRC hebben de items betrekking op: *“spiritual tensions and struggles with oneself, with others and the divine”* (Pargament et al. 2011: 51). Het gaat daarbij om vragen over het zich gestraft of verlaten voelen door God of door geloofsgenoten, het in de ban zijn van de duivel, of religieuze twijfel. Een voorbeeld van een item is: *“Als ik problemen heb, vraag ik mij af of mijn geloofsgenoten mij in de steek hebben gelaten”*.

De laatste vragen in de vragenlijst hebben betrekking op de bereidheid van de respondenten om deel te nemen aan vervolgonderzoek.

Bij het vaststellen van de definitieve vragenlijst hebben wij een aantal items geherformuleerd, zodat zij geschikter zijn voor een islamitische onderzoekspopulatie. Zo is bij alle items het woord “God” vervangen door “Allah”, het Arabische woord voor God. En is bij de bidvariantenschaal het woord “kerk” veranderd in “moskee”.

Vervolgens is deze versie van de vragenlijst voorgelegd aan enkele hoogopgeleide moslima's van Marokkaanse afkomst uit ons eigen netwerk. Op basis van hun reacties is het item: “ik bid knielend” uit de bidvariantenschaal verwijderd. Moslims bidden immers niet alleen knielend, maar ook staand en voorover gebogen. Ook is op hun verzoek de formulering “samenwerken met Allah” vervangen door “met hulp van Allah”. Het woord “samenwerken” roept weerstand op, omdat dit woord de gelijkheid van de mens aan Allah veronderstelt. Door deze verandering in de itemformulering bij de samenwerkende religieuze copingschaal is het de vraag in hoeverre onze schaal nog wel vergelijkbaar is met de schaal van Pargament et al. (1988). Onze reflectie daarover wordt toegelicht in paragraaf 6.3.2 bij het onderdeel onderzoeksvragen: validiteit.

3.2.2. Dataverzameling en data-analyse

De definitieve vragenlijst is vervolgens via de sneeuwbalmethode uitgezet onder vrouwen die tot de onderzoeksgroep behoren. Daarbij zijn de meeste vragenlijsten verzameld in het netwerk van studenten en docenten van de Hogeschool van Amsterdam en wel binnen het domein Maatschappij en Recht. Naast het benutten van deze netwerken zijn er islamitische vrouwen van Marokkaanse afkomst

benaderd op locaties, zoals kantines en mediatheken van de Hogeschool van Amsterdam en Utrecht.

Over het algemeen is er bij de benadering van respondenten nauwelijks sprake geweest van non-respons. Vrijwel alle benaderde respondenten tonen zich bereid om de vragenlijst in te vullen. Zij vinden het interessant om vragen te beantwoorden over hoe zij hun geloof praktiseren en aanwenden bij problemen. Sommige respondenten hebben bepaalde formuleringen verwarrend gevonden. Daardoor zijn zij niet in staat geweest om op bepaalde vragen antwoord te geven. Om welke items het daarbij gaat, is in paragraaf 3.2.1. nader toegelicht. Ook hebben sommige respondenten zich eraan gestoord dat vragen op elkaar lijken. Uiteindelijk hebben wij vragenlijsten met teveel missings niet bij de analyse betrokken. Zo zijn er in totaal 177 ingevulde vragenlijsten verzameld.

Bij de analyse van de gegevens uit deze 177 verzamelde vragenlijsten zijn wij als volgt te werk gegaan. Eerst zijn de frequenties vastgesteld van de antwoorden die alle 177 respondenten per vraag en schaalitem hebben gegeven. Daarna zijn er principale componentenanalyses uitgevoerd op de items van elke gebruikte schaal. Hierdoor wordt zichtbaar welke items op één factor laden. Op deze manier kan nagegaan worden of de theoretisch veronderstelde opbouw van de schalen in ons onderzoek empirisch wordt teruggevonden. Van de items met een voldoende lading op één factor is een nieuwe schaal gevormd. Bij de constructie van deze schalen zijn de items met een lading onder 0.40 en ook de items die op meer dan één factor hoog laden, verwijderd. Met behulp van de Cronbach's alpha-coëfficiënt is vervolgens de interne consistentie van de op deze wijze geconstrueerde schalen bepaald.

Vervolgens zijn op basis hiervan de schaalscores van elke individuele respondente berekend en zijn per schaal de gemiddelden, de standaarddeviaties en de correlaties tussen deze schalen vastgesteld. Bij het vaststellen van de correlaties tussen de verschillende schalen is er rekening gehouden met het gegeven dat de antwoordmogelijkheden van sommige schalen geordend waren van positief naar negatief, terwijl andere schalen juist van negatief naar positief zijn ingedeeld. Zo is bij de schalen van de DRI, de MRS, de RWBS en de bidfrequentie de score "1" (helemaal mee eens) het hoogst. Terwijl bij andere schalen "1" juist de laagst mogelijke score aangeeft. Dit laatste geldt voor de bidvariantschaal, de religieuze copingstijlschalen, de receptiviteitschaal en de schalen voor positieve en negatieve vormen van coping. Vanwege deze verschillen in hoog en laag tussen deze schalen zijn er voor de presentatie van de onderlinge correlaties tussen deze schalen correcties aangebracht, zodat alle schalen op dezelfde wijze van laag naar hoog zijn geordend. Dit betekent dat als er sprake is van een negatief verband tussen een schaal die van hoog naar laag loopt en een schaal die van laag naar hoog loopt, wij dit verband positief noemen. Dus een positieve correlatie tussen de DRI en

receptieve coping geeft aan dat voor het berekenen van de correlaties beide schalen op dezelfde wijze van laag naar hoog zijn geordend.

Tot slot zijn er nog regressieanalyses uitgevoerd. Daardoor wordt duidelijk welke samenhang er bestaat tussen de religiositeitsmaten en de copingmaten. De uitkomsten van al deze kwantitatieve analyses worden in de volgende paragraaf 3.3. behandeld.

3.3. Onderzoekresultaten

Wij presenteren in paragraaf 3.3.1. de sociale kenmerken van onze respondenten, vervolgens in paragraaf 3.3.2. de kenmerken van religiositeit en bidden en in paragraaf 3.3.3. de kenmerken van religieuze coping.

3.3.1. Sociale kenmerken van de respondenten

De 177 respondenten hebben antwoord gegeven op vragen over hun leeftijd, land van geboorte, leeftijd bijkomst naar Nederland, burgerlijke status en moederschap. Zij hebben aangegeven of zij bij hun ouders woonachtig zijn of dat zij over een eigen woning beschikken. Zij hebben hun opleidingsachtergrond vermeld en hun participatie op de arbeidsmarkt weergegeven. Tot slot hebben zij aangegeven welke talen uit het land van herkomst zij beheersen.

Ten aanzien van de leeftijdsverdeling van de groep van 177 respondenten, blijkt dat ongeveer de helft van de respondenten jonger is dan 23 jaar. De gemiddelde leeftijd is 22.7 jaar. De jongste respondente is 17 jaar en de oudste 35 jaar. Van de totale groep van 177 valt 26.7% in de leeftijdsgroep van 17 tot 21 jaar; 35.9% in de groep van 21 tot 24 jaar en 37.5% in de groep van 24 jaar en ouder.

Iets meer dan driekwart (76.8%) van de 177 respondenten is ongehuwd, 20.6% van hen is gehuwd en 1.7% is gescheiden. Slechts één respondente woont samen. Ongeveer zeven op de tien vrouwen wonen bij hun ouders (68.8%), de anderen (31.2%) wonen zelfstandig of met hun echtgenoot. Van de groep van 177 vrouwen heeft 7.3% kinderen. De meeste vrouwen uit ons onderzoek zijn dus ouder dan 21 jaar, thuiswonend en ongehuwd.

De ruime meerderheid van de respondenten is in Nederland geboren en getogen. Van de 177 respondenten is meer dan drie kwart (77.7%) in Nederland geboren. Er zijn 37 vrouwen die in Marokko ter wereld zijn gekomen en bij één respondente is Spanje haar geboorteland. Van degenen die niet vanaf hun geboorte in Nederland verblijven, is ongeveer de helft voor hun 4^e levensjaar naar Nederland

gemigreerd. Dit betekent dat vrijwel alle vrouwen uit ons onderzoek volledig hebben kunnen deelnemen aan het Nederlandse onderwijs.

De vrouwen uit deze studie zijn hoogopgeleid, op dit kenmerk zijn zij immers geselecteerd. De meeste respondenten zijn doorgestroomd via het middelbare beroepsonderwijs en de havo naar het hoger beroepsonderwijs. Driekwart van hen studeert op het moment van ons onderzoek nog aan het hoger onderwijs. Er zijn nog weinig respondenten met een VWO-diploma (4.7%), of die een universitaire opleiding volgen of hebben gevolgd (4%).

Van de 177 hoogopgeleide vrouwen neemt bijna driekwart (72.2%) deel aan het arbeidsproces. Het kan daarbij gaan om bijbaantjes naast hun studie of om het uitoefenen van het beroep waarvoor zij hebben gestudeerd. Een derde van de werkenden heeft een baan als hulpverlener. De vrouwen die geen beroepsarbeid verrichten, studeren fulltime.

De vrouwen uit ons onderzoek zijn meertalig. Iets minder dan de helft (43.5%) spreekt naast het Nederlands ook het Marokkaans-Arabisch en een kwart (26%) Tamazight, ook wel Berbers genoemd. Iets minder dan een derde (28.8%) van de respondenten is vertrouwd met beide Marokkaanse talen. Dus gezien het gebruik van de talen in hun familie heeft iets meer dan de helft ($26.0 + 28.8 = 54.8\%$) van onze respondenten een Berbertalige achtergrond. Slechts drie respondenten (1.7%) spreken geen van de talen van het herkomstgebied.

3.3.2. *Kenmerken van religiositeit*

In deze paragraaf beantwoorden wij de onderzoeksvraag: “*Welke kenmerken heeft de religiositeit en met name het bidgedrag van hoogopgeleide Nederlandse moslima’s van Marokkaanse afkomst?*” op basis van de kwantitatieve onderzoeksresultaten. Daarbij worden eerst de mate van intrinsieke en volwassen religiositeit behandeld, vervolgens het religieus welzijn en daarna het bidgedrag. Ten aanzien van het bidden, geven wij eerst de bidfrequentie weer en daarna de patronen in varianten van bidden.

3.3.2.1. *Een hoge intrinsieke religieuze oriëntatie*

Uit de wijze waarop de 177 respondenten hun voorkeur uitspreken voor de drie items van de Duke Religion Index (Koenig, Parkerson & Meandor 1997), afgekort als de DRI, blijkt dat er bij hen sprake is van een sterke religieuze oriëntatie. Dit is terug te zien in de onderstaande tabel 2, waarin de percentages per antwoordcategorie zijn weergegeven.

Tabel 2. Duke Religion Index (DRI) in percentages

N = 169-177	Hele- maal mee eens (1)	Mee eens (2)	Eens, oneens (3)	Mee on- eens (4)	Hele- maal mee oneens (5)
1. Ik ervaar de aanwezigheid van Allah in mijn leven	78.0	15.8	2.3	1.7	2.3
2. Mijn geloof is de kern van mijn bestaan	69.5	22.0	5.1	1.7	1.7
3. Ik probeer mijn geloof tot uitdrukking te brengen in het dagelijks leven	47.9	41.4	6.5	2.4	1.8

Op basis van de “Duke Religion Index” is de overgrote meerderheid van de 177 vrouwen uit ons onderzoek dus intrinsiek georiënteerd, dit wil zeggen dat zij hun religie als levensdoel beschouwen. Zo kiezen ongeveer negen van de tien vrouwen op alle drie stellingen van deze schaal voor de antwoordmogelijkheden “helemaal mee eens” of “mee eens”. Daarmee geven zij aan dat de islam richting geeft aan hun leven. Zij ervaren de aanwezigheid van Allah, zij zien hun geloof als de kern van hun bestaan en proberen naar hun geloof te leven.

Veel respondenten kiezen vooral bij de eerste twee items voor de hoogst mogelijke antwoordcategorie. Bij het derde item zijn zij iets terughoudender. Dit item verwijst naar de mate waarin zij hun geloof in hun dagelijks leven praktiseren. Maar ook bij dit item kiest bijna de helft van deze respondenten (47.9%) voor de hoogste antwoordcategorie. Slechts enkele vrouwen zijn het niet eens met de items van de DRI.

Na het vaststellen van de frequenties per item, hebben wij een principale componentenanalyse⁶ uitgevoerd op de items van deze DRI-schaal. Hieruit komt naar voren dat de drie items van deze schaal bij onze onderzoeksgroep één factor vormen. Van deze items hebben wij een schaal samengesteld. Deze schaal heeft een hoge interne consistentie op basis van de Cronbach’s alpha-coëfficiënt (0.90). De scoremogelijkheid op deze schaal van drie items varieert van 3 (dit is het totaal van de hoogste positief gestelde antwoorden) tot en met 15 (dit is de laagst mogelijke score op deze schaal). De 177 vrouwen uit ons onderzoek hebben een gemiddelde score op deze schaal van 4.47. De standaarddeviatie daarbij is 2.26.

⁶ Principale componentenanalyse met varimax rotatie, missing pairwise, n factors= 1, factorlading: >0.40, verklaarde variantie: 83.5%.

3.3.2.2. Een volwassen geloof

Hoe scoren onze respondenten op de schaal voor “volwassen geloof” (Mature Religiosity Scale = MRS) van De Vries-Schot (2006)? Zoals blijkt uit tabel 3, is er bij deze 177 islamitische, hoogopgeleide vrouwen van Marokkaanse afkomst sprake van een sterke positieve oriëntatie op Allah en de islam. De hoogst scorende items maken dit duidelijk. De meeste respondenten geloven oprecht en niet vanuit angst; vertrouwen bij tegenslag op God; ontleneren eigenwaarde en identiteit aan hun geloof; vinden bidden en het verrichten van goede daden belangrijk en voelen zich gemotiveerd door God om voor het goede te kiezen. Net als bij de Duke Religion Index kiezen de 177 islamitische respondenten bij de Mature Religiosity Schaal overwegend voor de antwoordcategorieën waaruit een positieve attitude ten opzichte van de islam en God blijkt.

In de onderstaande tabel 3 zijn de frequenties per item op deze schaal weergegeven. De items zijn gegroepeerd naar hoogste percentage op het antwoord “helemaal mee eens”.

Tabel 3. Mature Religiosity Scale (MRS) van De Vries-Schot (2006) in percentages

N = 169-177	Hele- maal mee eens (1)	Mee eens (2)	Eens, on- eens (3)	Mee on- eens (4)	Hele- maal mee on- eens (5)
1. Ik geloof oprecht, niet omdat het moet of uit angst	74.7	15.5	2.9	2.3	4.6
2. In tijden van tegenslag merk ik dat ik Allah vertrouw	67.4	22.3	4.6	3.4	2.3
3. Het geloof ondersteunt mijn besef van eigenwaarde en identiteit	61.1	26.9	6.3	2.9	2.9
4. Bidden en doen van gerechtigheid (goede daden) horen voor mij onlosmakelijk bij elkaar	57.5	23.0	11.5	5.2	2.9
5. De aanwezigheid van Allah in mijn leven motiveert mij voor het goede te kiezen, ook als het moeilijk is	56.3	33.5	5.1	4.5	0.6
6. Het geloof heeft invloed op alle gebieden van mijn leven	55.7	31.0	6.9	5.2	1.1
7. De zin en betekenis van mijn leven ligt voor mij in mijn relatie tot Allah	55.7	29.5	9.7	3.4	1.7
8. Het weet hebben van Allah's liefde is het fundament van mijn leven	53.2	32.4	11.0	1.2	2.3
9. Vanuit het besef dat Allah de mens lief heeft, streef ik ernaar mijn medemens lief te hebben	51.4	36.0	8.6	3.4	0.6
10. Ik heb het idee dat ik mij steeds meer aan Allah toevertrouw	51.2	34.3	7.0	4.7	2.9
11. De ontwikkeling van mijn persoonlijkheid en mijn geloof beïnvloeden elkaar	47.1	38.5	8.0	5.2	1.1
12. Ik ben altijd bereid om verantwoording af te leggen tegenover Allah en mijn medemens over mijn leefwijze	40.2	29.9	23.6	5.2	1.1
13. Mijn geloof ontwikkelt zich doordat ik nieuwe inzichten krijg	37.1	39.4	16.0	5.7	1.7
14. Ik span mij in om mijn dagelijks leven in overeenstemming te brengen met het geloof	34.5	37.9	19.0	6.9	1.7
15. Als persoon kom ik alleen in een relatie tot Allah volledig tot mijn recht ⁷	34.3	30.8	27.8	5.3	1.8
16. Allah betrek ik bij alle omstandigheden van mijn dagelijks leven	33.7	34.3	21.7	8.6	1.7
17. Mijn persoonlijke vrijheid wordt begrensd door verantwoordelijkheid voor Allah's schepping	25.6	25.6	21.0	13.6	14.2

⁷ Dit item heeft 8 missings.

Als wij de scores op zowel de antwoordencategorieën “helemaal mee eens” en “mee eens” op de items van deze MRS-schaal samen nemen, dan komt het volgende beeld naar voren. Ongeveer negen van de tien respondenten geloven oprecht en niet omdat het moet of vanuit angst (90.2%), zij voelen zich door de aanwezigheid van God gemotiveerd om ook als het moeilijk is om voor het goede te kiezen (89.8%). Zij zijn van mening dat hun geloof hen ondersteunt in hun eigenwaarde en identiteit (88%). Zij vinden dat hun geloof invloed heeft op alle gebieden van hun leven (86.7%). Ten aanzien van hun relatie met God, blijkt dat de ruime meerderheid van de respondenten ook bij tegenslag op God vertrouwt (89.7%). Zij hechten veel waarde aan de liefde van God (85.6%) en hun relatie met God (85.2%). Zij betrekken God bij alles wat hen overkomt (68%). Hieruit spreekt een sterke persoonlijke verbondenheid met God. Dat zij daarbij gericht zijn op het praktiseren van de islam blijkt uit het gegeven dat de meeste moslima’s vinden dat bidden en het doen van gerechtigheid, dit wil zeggen het verrichten van goede daden, onlosmakelijk bij elkaar horen (80.5%) en dat zij zich inspannen om dagelijks volgens hun geloof te leven (72.4%). Uit deze antwoorden op deze items van de MRS, blijkt dus wederom dat de meeste respondenten getuigen van een sterk vertrouwen in de betrokkenheid en liefde van God en dat zij veel waarde hechten aan het daadwerkelijk praktiseren van de islam.

Als wij kijken naar de items van de MRS waar de respondenten het beduidend minder mee eens zijn, valt op dat het daarbij om item 17 gaat: “Mijn persoonlijke vrijheid wordt begrensd door verantwoordelijkheid voor Allah’s schepping”. Hoewel 51.2% het er wel mee eens is, geeft 27.8% aan dat zij het “niet eens” of het “helemaal niet eens” zijn met deze uitspraak. Mogelijk is dit item onduidelijk voor de respondenten, vanwege het woord “begrensd”. Dit kan ook gelden voor item 15: “Als persoon kom ik alleen in een relatie tot Allah volledig tot mijn recht”, omdat 27.8% van de respondenten kiest voor het antwoord “eens, oneens” en er acht vrouwen zijn die zelfs geen antwoord invullen. Dit geldt echter niet voor de meerderheid van de respondenten, want 65.1% van alle respondenten is het juist wél met dit item eens.

Wij hebben naar patronen gezocht in de beantwoording van de schaal voor “Volwassen geloof” door het uitvoeren van een principale componentenanalyse. Daarbij hebben wij op grond van het scree plot gekozen voor oplossing in één factor.⁸ Bij deze principale componentenanalyse vallen de 17 gebruikte items in één factor met uitzondering van één item. Het laatste item 17 wijkt af, dit is het item “Mijn persoonlijke vrijheid wordt begrensd door verantwoordelijkheid voor Allah’s schepping”. Dit item is vervolgens verwijderd en van de andere 16 items is een

⁸ Principale componentenanalyse met varimax rotatie, missing= pairwise, n factors= 1, factorlading > 0.40, verklaarde variantie= 57.3%.

nieuwe schaal geconstrueerd. De interne consistentie van deze uit 16 items bestaande MRS-schaal is goed, zoals blijkt uit een Cronbach's alpha-coëfficiënt van 0.95. De antwoordmogelijkheden op deze schaal variëren van 16 tot en met 80, waarbij 16 staat voor de hoogste score, dit wil zeggen een hoge mate van volwassen geloof. De gemiddelde totaalscore van onze 177 respondenten op deze schaal is 28.04 en de standaarddeviatie is 11.46. Als wij de antwoordmogelijkheden "helemaal mee eens" en "mee eens" als hoog beschouwen, dan heeft iets meer dan driekwart (76.4%) van onze 177 respondenten een hoge score op deze schaal, dit wil zeggen een score van 16 tot en met 32.

3.3.2.3. Een hoge mate van religieus welbevinden

Uit de schaalscores van de 177 respondenten op de Religious Well-Being Scale (RWBS) blijkt dat zij vinden dat God en de islam bijdragen aan hun welzijn. De meeste moslima's voelen zich prettig bij God en bidden geeft hen voldoening. De resultaten van de antwoorden van onze respondenten op de Religious Well-Being Scale (RWBS) zijn in de volgende tabel 4 zichtbaar:

Tabel 4. Religious Well-Being Scale (RWBS) positieve en negatieve items in percentages

N = 171-175	Hele- maal mee eens (1)	Mee eens (2)	Eens, oneens (3)	Mee oneens (4)	Hele- maal mee oneens (5)
Positief geformuleerde items					
1. Ik geloof dat Allah van mij houdt en om mij geeft	71.3	19.0	5.2	2.3	2.3
2. Mijn contact met Allah zorgt ervoor dat ik mij niet eenzaam voel	53.1	30.9	10.3	4.6	1.1
3. Mijn relatie tot Allah draagt bij aan mijn gevoel van welbevinden	50.6	33.9	9.8	4.6	1.1
4. Ik voel me het meest vervuld als ik in nauw contact met Allah sta	49.4	28.5	12.2	4.7	5.2
5. Ik geloof dat Allah zich betrokken voelt bij mijn problemen	47.7	35.1	10.9	4.0	2.3
6. Ik heb een persoonlijke relatie met Allah	46.2	37.6	11.6	2.9	1.7
Negatief geformuleerde items					
7. Ik geloof dat Allah niet geïnteresseerd is in mijn dagelijkse bezigheden	2.9	2.3	2.9	14.0	77.8
8. Mijn relatie tot Allah is niet bevredigend	2.9	3.5	5.8	12.2	75.6
9. Allah verleent mij weinig persoonlijke kracht en ondersteuning	6.3	2.9	5.7	14.9	70.1
10. Bidden tot Allah schenkt mij weinig voldoening	11.0	4.1	4.1	15.1	65.7

Ongeveer acht tot negen van de tien respondenten zijn het “eens” of “helemaal eens” met de eerste zes positief geformuleerde items van deze schaal. Vijf tot zeven van tien respondenten kiezen daarbij zelfs voor de hoogste antwoordcategorie “helemaal eens” bij de volgende stellingen: dat zij Allah als betrokken en liefdevol ervaren (71.3%), dat zij zich door het contact met Allah minder eenzaam voelen (53.1%), dat hun relatie met Allah bijdraagt bij aan hun gevoel van welbevinden (50.6%) en dat zij zich het meest vervuld voelen als zij in nauw contact met Allah staan (49.4%).

Bij de vier negatief geformuleerde items van de RWBS, de items 7 tot en met 10, valt op dat zes tot acht van de tien respondenten het met deze items helemaal oneens zijn. De antwoorden op de vier negatief gestelde vragen bevestigen dus het beeld dat ook uit de positief gestelde vragen naar voren komt: dat de meeste respondenten God wél als betrokken ervaren. Zij vinden hun relatie met God juist bevredigend. Deze relatie geeft hen persoonlijke kracht en steun. En bidden geeft hen voldoening. Dit betekent dat op basis van de RWBS er bij de meeste respondenten sprake is van “*God Affiliation*”.

Een aantal respondenten krijgt geen voldoening door te bidden (15.1%). Ook zijn er vrouwen die weinig persoonlijke kracht en ondersteuning van Allah ervaren (9.2%). Dit wijst op vervreemding van God: “*God Alienation*”. Verder valt op dat bij drie negatief gestelde items 5 tot 6 “missings” zijn, dit wil zeggen dat deze vragen niet zijn ingevuld. Dit kan betekenen dat deze respondenten zich niet op een negatieve wijze over God willen uitlaten.

Om patronen in de beantwoording vast te kunnen stellen, hebben wij op basis van de tien items van de RWBS een principale componentenanalyse⁹ uitgevoerd. Uit deze analyse is naar voren gekomen dat de positief geformuleerde items positief op dezelfde factor laden en de negatief geformuleerde items juist negatief. Op basis hiervan hebben wij van alle tien items van de RWBS één nieuwe schaal gemaakt. De antwoordmogelijkheden van de negatief geformuleerde subschaal zijn daarbij gehercodeerd van 1-5 naar 5-1. De Cronbach's alpha-coëfficiënt van deze nieuw gevormde RWBS-schaal van 10 items is 0.87. De hoogst mogelijke score op deze schaal is 10, de laagst mogelijke score is 50. De gemiddelde score van de vrouwen uit ons onderzoek op deze schaal is 16.63. De standaarddeviatie is 6.80. Als wij de antwoordmogelijkheden “(1) helemaal mee eens” en “(2) mee eens” als hoog beschouwen, dan is een score van 10-20 op deze schaal van 10 items hoog. Dit komt bij 78.9% van de respondenten voor.

⁹ Principale componentenanalyse met varimax rotatie, missing pairwise, n factors= 1, factorlading: > 0.40, verklaarde variantie: 49.2%.

Kortom uit de antwoorden van de 177 respondenten op zowel de DRI, de MRS en de RWBS blijkt dus dat er bij de meeste vrouwen sprake is van een sterke intrinsieke religiositeit, een volwassen vorm van geloof en een hoge mate van religieus welbevinden. Deze drie schalen duiden op een positieve, sterke band met God en de islam. God is voor hen een bron van liefde, vertrouwen en kracht, zowel in hun dagelijks bestaan als in moeilijke tijden. Wat betekenen deze sterke religieuze oriëntatie en “*God affiliation*” voor de wijze waarop zij bidden?

3.3.2.4. Kenmerken van bidden

Het bidden van de hoogopgeleide respondenten van Marokkaanse afkomst is onderzocht door vragen te stellen over hoe vaak zij twee belangrijke islamitische gebedsvormen gebruiken - de *salaat* en de smeekbedes- en hoe vaak zij op een andere manier bidden. Vervolgens is de variatie in de wijze waarop zij bidden, vastgesteld met behulp van de bidvariantenitems uit het onderzoek van Janssen & Bänziger (2003) en Bänziger, Janssen & Van Uden (2005). Wat kenmerkt het bidgedrag van de 177 respondenten?

3.3.2.4.1. Een hoge bidfrequentie

De 177 respondenten bidden veel, zoals blijkt uit hun antwoorden op de vragen over de bidfrequentie, die in de volgende tabel 5 zijn weergegeven:

Tabel 5. Bidfrequentie van islamitische gebedsvormen in percentages

N = 177	Ja altijd (1)	Ja vaak (2)	Ja soms (3)	Nee nooit (4)
1.Bid je de <i>salaat</i> ?	72.3	15.3	11.3	1.1
2.Bid je smeekbedes	n.v.t.	47.5	48.0	4.5
3.Bid je buiten de <i>salaat</i> en de smeekbedes tot Allah?	22.0	30.5	40.1	7.3

Het percentage van onze respondenten dat aangeeft altijd de *salaat* te bidden, is hoog (72.3%). En bijna negen van de tien vrouwen uit ons onderzoek (87.6%) verrichten dit gebed vaak of altijd. Slechts 11.3% doet dit soms en 1.1% nooit. Dit geeft aan dat voor de respondenten uit ons onderzoek het rituele *salaat*gebed een grote betekenis heeft. Deze vorm van bidden wordt veel gepraktiseerd. Maar ook andere islamitische gebeden worden veel gebruikt. Ongeveer de helft van de respondenten bidt vaak smeekbedes (47.5%). En iets meer dan de helft van de vrouwen (52.5%) bidt daarnaast ook vaak tot altijd andere gebeden. Sommige vrouwen (namelijk 7.3%) bidden echter nooit op een andere wijze. Gezien hun antwoorden op de

vragen van de bidfrequentie van islamitische gebedsvormen bidden de meeste respondenten dus de gebedsvormen die vanuit hun religieuze traditie worden voorgeschreven. In de volgende paragraaf wordt beschreven welke varianten van bidden voor hen belangrijk zijn.

3.3.2.4.2. Vier varianten van bidden

Met behulp van de bidvariantenitems van Bänziger, Janssen & Van Uden (2005) wordt duidelijker wat kenmerkend is voor de wijze waarop deze 177 respondenten precies bidden. Door gebruik te maken van 23 van de 24 bidvariantenitems uit het onderzoek van Bänziger et al. (2005) ontstaat een beeld vanuit welke aanleiding, motivatie, op welke wijze, waar en wanneer zij bidden en welk effect dit op hun welzijn heeft. Daarbij is -zoals in paragraaf 3.2.1. is toegelicht- het item: "ik bid knielend" niet opgenomen in de vragenlijst. In tabel 6 zijn de onderzoekresultaten op de beantwoording van deze 23 bidvariantenitems weergegeven, geordend naar het hoogste percentage "altijd":

Tabel 6. Overzicht bidvariantenitems van Bänziger et al. (2005) in percentages

N = 172-177	Nooit	Zelden	Af en toe	Vaak	Altijd
	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
1. Tijdens het bidden vraag ik om vergeving	2.3	1.1	9.7	25.0	61.9
2. Als ik bid praat ik eigenlijk met een hogere macht	4.1	5.3	11.1	25.7	53.8
3. Ik bid om steun en/of kracht	1.1	1.1	8.6	37.7	51.4
4. Als ik bid heb ik het gevoel dat ik kracht en steun krijg	1.1	1.1	12.6	37.1	48.0
5. Als ik bid doe ik dat om Allah te bedanken	1.1	3.4	15.3	34.7	45.5
6. Tijdens mijn gebed vraag ik dingen aan Allah	2.8	1.7	17.5	34.5	43.5
7. Ik bid om innerlijke rust	1.1	1.1	11.4	44.0	42.3
8. Tijdens het gebed heb ik het gevoel dat ik contact heb met Allah	0.6	1.7	13.7	43.4	40.6
9. Tijdens het bidden kan ik mijn hart luchten	2.8	4.0	17.0	35.8	40.3
10. Als ik geconfronteerd word met ziekte of dood, ga ik bidden	4.1	2.9	17.4	36.6	39.0
11. Ik bid als ik mij verdrietig voel	6.8	7.4	31.8	31.3	22.7
12. Ik bid 's avonds in bed	15.3	15.3	23.3	24.4	21.6
13. Als ik bid probeer ik mijn gedachten op een rijtje te zetten	6.3	9.8	21.8	40.8	21.3
14. Moeilijke momenten zijn voor mij aanleiding om te bidden	5.1	6.3	26.3	41.1	21.1
15. Ik bid eigenlijk om een gewenst resultaat te bereiken	12.2	18.0	25.0	26.7	18.0
16. Als ik bid, vraag ik iets voor anderen	2.9	4.0	28.0	47.4	17.7
17. Tijdens het bidden keer ik mij in mijzelf	2.9	7.0	33.7	41.9	14.5
18. Ik bid als ik iets nodig heb	9.8	14.4	36.2	25.9	13.8
19. Bidden doe ik overal waar het uitkomt	6.9	23.4	31.4	25.7	12.6
20. Tijdens mijn gebed overdenk ik allerlei gebeurtenissen	5.7	17.2	30.5	35.6	10.9
21. Ik bid op vaste momenten	2.8	14.8	32.4	40.9	9.1
22. Als ik in de natuur ben ga ik spontaan bidden	50.0	27.6	12.6	7.5	2.3
23. Als ik bid doe ik dat in de moskee	21.6	39.2	29.5	8.5	1.1

Wat is er over het bidden van deze 177 respondenten te zeggen? Als wij kijken naar de percentages op de items van de bidvarianten bij de antwoord-categorieën “vaak” en “altijd”, komt het volgende beeld naar voren.

De overgrote meerderheid van de 177 islamitische respondenten uit ons onderzoek bidt voor steun en kracht (89.1%) en vraagt om vergeving (86.9%). Het effect van bidden ervaren de 177 respondenten overwegend (85.1%) als het verkrijgen van steun en/of kracht. Tijdens het bidden hebben zij contact met Allah (84%). Zij bidden voor innerlijke rust (83.3%) en om Allah te bedanken (80.2%). Bij het bidden praten zij tegen een hogere macht (79.5%), luchten zij hun hart (79.5%), of vragen zij iets aan God (78.0%). Zij bidden bij ziekte en overlijden (75.6%), voor anderen (65.1%), op moeilijke momenten (62.2%), of vanuit verdriet (54%).

Iets meer dan de helft van deze 177 vrouwen bidt door in zichzelf te keren (56.4%). De helft (50%) van alle respondenten bidt altijd (9.1%) tot vaak (40.9%) op vaste momenten. Omdat 72.3% van de respondenten bij de bidfrequentievragen aangeeft altijd de *salaat* te bidden, kan dit betekenen dat niet iedereen dit gebed op de vaste gebedstijden verricht. Het inhalen van de gemiste *salaat*gebeden later op de dag is immers ook mogelijk.

Van alle respondenten bidt 44.7% voor een gewenst resultaat, terwijl 30.2% dit zelden of nooit doet. Vier op de tien moslima's (39.7%) bidt altijd of vaak als zij iets nodig hebben. Een kwart (24.2%) van alle vrouwen doet dit zelden of nooit. Hun gebed is blijkbaar meer gericht op God dan op hun eigen behoeften.

Meestal bidden deze moslima's niet spontaan in de natuur, een meerderheid (77.6%) doet dit zelden of nooit. Ook wordt er minder in de moskee gebeden, de meeste vrouwen (61.2%) bidden daar bijna nooit. Sommigen bidden wel vaak en altijd in bed (46%), terwijl anderen dit juist zelden of nooit doen (30.6%).

Naar aanleiding van de principale componentenanalyse uitgevoerd op de 23 items van de bidvarianten van Bänziger et al. (2005), hebben wij op grond van het scree plot gekozen voor een vierfactoren oplossing.¹⁰ Deze onderverdeling in vier factoren wordt in de onderstaande tabel 7 gepresenteerd. De items van deze vier factoren komen niet overeen met de items van de vier theoretisch onderscheiden vormen van bidden zoals beschreven is in paragraaf 2.4.3. Bij de islamitische respondenten van deze studie is er sprake van een ander patroon in de combinatie van gebedsitems. In tabel 7 worden de items gepresenteerd die in één van de vier factoren vallen. In deze tabel is ook zichtbaar welke items uiteindelijk niet in een factor zijn opgenomen. Deze items zijn in cursief weergegeven. Het betreft items met een lagere factorlading dan 0.40. Ook zijn de items verwijderd die op meerdere factoren boven de 0.40 laden, ook deze items zijn in cursief genoteerd.

¹⁰ Principale componentenanalyse met varimax rotatie, n factors = 4, missing pairwise, factorlading >0.40, verklaarde variantie is 31.3% + 8.2% + 7.4% + 5.8% = 52.7%.

Tabel 7. Factorladingen van de vier factorenoplossing van de bidvariantenitems

	Factor 1	Factor 2	Factor 3	Factor 4
Factor 1				
Tijdens het bidden vraag ik om vergeving	0.73			
Ik bid om steun en/of kracht	0.72			
Tijdens het bidden heb ik het gevoel dat ik contact heb met Allah	0.71			
Als ik bid heb ik het gevoel dat ik kracht en steun krijg	0.69			
Tijdens het bidden kan ik mijn hart luchten	0.64			
Ik bid om innerlijke rust	0.64			
Tijdens het bidden keer ik mij in mijzelf	0.57			
Als ik bid doe ik dat om Allah te bedanken	0.53			
Tijdens het gebed vraag ik dingen aan Allah	0.51			
Factor 2				
Ik bid als ik mij verdrietig voel		0.78		
Moelijke momenten zijn voor mij aanleiding om te bidden		0.73		
Ik bid als ik iets nodig heb		0.67		
<i>Als ik bid praat ik eigenlijk met een hogere macht ¹¹</i>				
<i>Als ik bid vraag ik iets voor anderen¹²</i>				
Als ik geconfronteerd wordt met ziekte of dood ga ik bidden		0.50		
<i>Ik bid 's avonds in bed¹³</i>				
Factor 3				
Bidden doe ik overal waar het uitkomt			0.75	
Als ik bid doe ik dat in de moskee			0.74	
Als ik in de natuur ben ga ik spontaan bidden			0.68	
Ik bid op vaste momenten			0.67	
Factor 4				
Tijdens mijn gebed overdenk ik allerlei gebeurtenissen				0.83
Als ik bid probeer ik mijn gedachten op een rijtje te zetten				0.71
<i>Ik bid eigenlijk om een gewenst resultaat te bereiken¹⁴</i>				

¹¹ Dit item is verwijderd, omdat dit item weliswaar boven de 0.40 laadt, maar op een andere factor bijna even hoog laadt.

¹² Dit item is verwijderd, omdat dit item weliswaar boven de 0.40 laadt, maar op een andere factor bijna even hoog laadt.

¹³ Dit item is verwijderd, in verband met een te lage factorlading, dit wil zeggen lager dan 0.40.

¹⁴ Dit item is verwijderd, omdat dit item weliswaar boven de 0.40 laadt, maar op een andere factor bijna even hoog laadt.

Uit deze principale componentenanalyse komt dus naar voren dat wij in onze onderzoeksgroep vier factoren in bidvariantenitems onderscheiden. Welke dit zijn en welke kenmerken zij hebben, wordt hieronder toegelicht.

Eerste factor: het religieus gebed (9 items)

De eerste factor omvat negen items met de volgende kernwoorden: vergeving, steun/kracht wensen, steun/kracht krijgen, het hart luchten, innerlijke rust, in zichzelf keren, contact met Allah, Allah bedanken, dingen vragen aan Allah. Voor de moslima's uit ons onderzoek verwijst deze vorm van bidden naar het in zichzelf keren, het contact maken met God, waarbij zij God bedanken en om vergeving vragen. Zij vragen Hem ook om innerlijke rust, steun en kracht of hulp en luchten hun hart. Het effect hiervan is het verkrijgen van steun en kracht. Wij noemen deze factor het religieus gebed. Deze term geeft namelijk volgens Bänziger, Van Uden & Janssen (2006) een traditionele vorm van bidden aan. Wij hebben van de 9 items van deze factor één schaal gevormd. Deze schaal heeft een Cronbach's alpha-coëfficiënt van 0.87. In de volgende tabel 8 staan de percentages van de items van deze bidvariant geordend naar de hoogte van de factorlading:

Tabel 8. Gebedsvariant het religieus gebed geordend naar factorlading en de frequentie per item in percentages

N = 172-177	Factor lading	Nooit (1)	Zelden (2)	Af en toe (3)	Vaak (4)	Altijd (5)
1. Tijdens het bidden vraag ik om vergeving	0.73	2.3	1.1	9.7	25.0	61.9
2. Ik bid om steun en/of kracht	0.72	1.1	1.1	8.6	37.7	51.4
3. Tijdens het gebed heb ik het gevoel dat ik contact heb met Allah	0.71	0.6	1.7	13.7	43.4	40.6
4. Als ik bid heb ik het gevoel dat ik kracht en steun krijg	0.69	1.1	1.1	12.6	37.1	48.0
5. Ik bid om innerlijke rust	0.64	1.1	1.1	11.4	44.0	42.3
6. Tijdens het bidden kan ik mijn hart luchten	0.64	2.8	4.0	17.0	35.8	40.3
7. Tijdens het bidden keer ik mij in mijzelf	0.57	2.9	7.0	33.7	41.9	14.5
8. Als ik bid doe ik dat om Allah te bedanken	0.53	1.1	3.4	15.3	34.7	45.5
9. Tijdens mijn gebed vraag ik dingen aan Allah	0.51	2.8	1.7	17.5	34.5	43.5

De hoogst mogelijke positieve score op deze religieuze gebedsschaal van 9 items, met 5 antwoordcategorieën is: 45. De laagst mogelijke score is 9. De vrouwen uit ons onderzoek variëren in hun scores op deze schaal van 9 (laag) tot 45 (hoog). De

gemiddelde score op deze schaal is 37.64, de standaarddeviatie is 5.4. Als wij de antwoordcategorieën 4 (dit wil zeggen: vaak) en 5 (dit wil zeggen: altijd) als hoog nemen, dan valt op dat iets meer dan zeven op de tien vrouwen (71.3%) een hoge score hebben op deze gebedsvariant.

Tweede factor: het crisisgebed (4 items)

De tweede factor bestaat uit vier items met de volgende kernwoorden: verdrietig voelen, moeilijke momenten, iets nodig hebben, confrontatie met ziekte en dood. Deze factor verwijst naar het bidden op moeilijke, crisisachtige momenten. Van deze vier items hebben wij één schaal gemaakt, die gezien deze kenmerkende eigenschappen het crisisgebed is genoemd. In de onderstaande tabel 9 wordt deze schaal gepresenteerd met de percentages geordend naar de hoogte van de factorlading per item.

Tabel 9. Gebedsvariant Crisisgebed geordend naar factorlading en de frequentie per item in percentages

N = 172-176	Factor lading	Nooit (1)	Zelden (2)	Af en toe (3)	Vaak (4)	Altijd (5)
1. Ik bid als ik mij verdrietig voel	0.78	6.8	7.4	31.8	31.3	22.7
2. Moeilijke momenten zijn voor mij aanleiding om te bidden	0.73	5.1	6.3	26.3	41.1	21.1
3. Ik bid als ik iets nodig heb	0.67	9.8	14.4	36.2	25.9	13.8
4. Als ik geconfronteerd word met ziekte of dood ga ik bidden	0.50	4.1	2.9	17.4	36.6	39.0

De Cronbach's alpha-coëfficiënt van deze schaal is 0.74. De hoogst mogelijke score op deze schaal met antwoordcategorieën van 1 tot 5 met vier items is: 20. De laagst mogelijke score is 4. Onze onderzoeksgroep van 177 respondenten varieert op deze schaal in een score van 4 tot 20. De gemiddelde score op deze schaal is 14.43, de standaarddeviatie is 3.2. Als wij de scores 4 en 5 als hoog op deze schaal beschouwen, dan heeft 36.6% van de respondenten een hoge score (dit wil zeggen een score die varieert van 16-20) op deze gebedsvariant.

Derde factor: onvoorwaardelijk bidden (4 items)

De derde factor bestaat uit vier items met de volgende kenmerkende woorden: overal waar het uitkomt, in de moskee, spontaan in de natuur, op vaste momenten. Deze items verwijzen naar bidedrag dat niet gebonden is aan de plaats waar en de tijden waarop gebeden wordt. Het gaat hierbij om een voorkeur om te bidden

ongeacht de plaatselijke omstandigheden, er wordt namelijk overal, in de moskee en in de natuur gebeden. Ook is deze manier van bidden niet gebonden aan een specifieke tijd, het kan immers zowel spontaan als op vaste tijden plaatsvinden. Het lijkt er dus op dat deze vorm van bidden niet gebonden is aan plaats en tijd. Of anders gezegd, deze factor verwijst naar een vorm van bidden die zich van andere vormen onderscheidt, omdat er geen tijd-ruimtelijke voorwaarden aan worden gesteld. Het lijkt hier om een manier van bidden te gaan waarbij er geen voorwaarden worden gesteld, men wil bidden om het bidden zelf. Wij hebben de schaal die op deze factor is gebaseerd, daarom “onvoorwaardelijk bidden” genoemd. De items van deze schaal worden naar de hoogste waarden van de factorlading per item geordend en gepresenteerd in percentages in tabel 10.

Tabel 10. Gebedsvariant Onvoorwaardelijk bidden geordend naar factorlading en de frequentie per item in percentages

N = 174 -176	Factor Lading	Nooit (1)	Zelden (2)	Af en toe (3)	Vaak (4)	Altijd (5)
1. Bidden doe ik overal waar het uitkomt	0.75	6.9	23.4	31.4	25.7	12.6
2. Als ik bid doe ik dat in de moskee	0.74	21.6	39.2	29.5	8.5	1.1
3. Als ik in de natuur ben, ga ik spontaan bidden	0.68	50.0	27.6	12.6	7.5	2.3
4. Ik bid op vaste momenten	0.67	2.8	14.8	32.4	40.9	9.1

De Cronbach's alpha-coëfficiënt van deze schaal is 0.73. De hoogst mogelijke positieve score op deze schaal die bestaat uit vier items, waarvan de antwoordcategorieën variëren van 1 tot 5, is 20. De laagst mogelijke score is 4. De laagste score van onze respondenten op deze schaal is 4 en de hoogste is 18. De gemiddelde score op deze schaal is 10.61, de standaarddeviatie is 3.00. Als wij de antwoordcategorieën 4 (dit wil zeggen vaak) en 5 (dit wil zeggen altijd) als hoog nemen, dan heeft slechts 5.3% van de respondenten een hoge score (van 16-20) op deze gebedsvariant. Niemand van de 177 respondenten bereikt de maximale score op deze schaal.

Vierde factor: het reflectief gebed (2 items)

De vierde factor die wij kunnen onderscheiden, verwijst naar denkactiviteiten. Bij deze factor gaat het om twee items, namelijk het overdenken van gebeurtenissen en het gedachten op een rijtje zetten. Deze factor verwijst dus naar een vorm van bidden waarbij reflecteren een rol speelt. Wij hebben van deze factor een schaal gemaakt met deze twee items. Omdat de items van deze schaal betrekking hebben op

denkactiviteiten, wordt deze schaal aangeduid met de term reflectief gebed. De factorlading en de percentages van de twee items van deze schaal worden in de volgende tabel 11 weergegeven:

Tabel 11. Gebedsvariant Reflectief gebed geordend naar factorlading en de frequentie per item in percentages

N = 174	Factor- lading	Nooit (1)	Zelden (2)	Af en toe (3)	Vaak (4)	Altijd (5)
1. Tijdens mijn gebed overdenk ik allerlei gebeurtenissen	0.83	5.7	17.2	30.5	35.6	10.9
2. Als ik bid, probeer ik mijn gedachten op een rijtje te zetten	0.71	6.3	9.8	21.8	40.8	21.3

De Cronbach's alpha-coëfficiënt van deze schaal is 0.60, dit is relatief laag. Dit is echter niet vreemd, omdat het bij deze schaal slechts om twee items gaat. De hoogst mogelijke positieve score op deze schaal met twee items met antwoordcategorieën die variëren van 1 tot 5, is 10. De laagst mogelijke score is 2. De 177 vrouwen uit ons onderzoek variëren in hun scores op deze schaal van 2-10. De gemiddelde score op deze schaal is 6.90, de standaarddeviatie is 1.84. Als wij de antwoordcategorieën 4 (= vaak) en 5 (= altijd) als hoog nemen, dan heeft 43.9% van de respondenten een hoge score (dit wil zeggen variërend van 8-10) op deze schaal.

3.3.2.5. Verbanden tussen de instrumenten die religiositeit en bidden meten

In deze paragraaf geven wij de onderlinge correlaties tussen de gebruikte onderzoeksinstrumenten weer. Hieruit komt het volgende beeld naar voren. De eerste drie schalen de DRI, de MRS en de RWBS correleren op basis van de Pearson's r onderling sterk met elkaar. De correlaties zijn vrijwel even hoog en variëren van $r = 0.76^{**15}$ tot $r = 0.79^{**}$. De correlatie tussen de DRI en MRS is het hoogst ($r = 0.79^{**}$), gevolgd door het verband tussen de DRI en RWBS ($r = 0.78^{**}$) en het verband tussen RWBS en de MRS ($r = 0.76^{**}$). Dit komt overeen met de strekking van deze schalen. Zij meten immers vanuit verschillende invalshoeken de mate waarin respondenten zich op hun religie oriënteren.

Bij de bidfrequenties van de verschillende islamitische vormen van bidden is de correlatie tussen de frequentie van bidden buiten de *salaat* en het bidden van smeekbedes het hoogste ($r = 0.39^{**}$), daarna volgt de correlatie tussen de bidfrequentie van het *salaat*gebed en van smeekbedes ($r = 0.32^{**}$). Het verband tussen de bidfrequentie van de *salaat* en het bidden buiten de *salaat* en smeekbedes tot Allah is zwakker ($r = 0.19^*$). Dit betekent dat het frequent bidden van smeekbedes bij deze

¹⁵ ** $p < .01$ (2-zijdig getoetst); * $p < .05$ (2-zijdig getoetst).

onderzoekspopulatie een indicatie geeft voor zowel het frequent bidden van de *salaat* als van andere soorten gebeden.

Uit de correlaties tussen de gebedsvarianten onderling blijkt dat veel moslima's uit deze studie niet alleen hoog zijn op één specifieke gebedsvariant, maar ook op andere gebedsvarianten. Daarbij komen bepaalde combinaties meer voor dan andere. De onderlinge correlaties zijn zichtbaar in de onderstaande tabel 12:

Tabel 12. Correlaties (Pearson's r) tussen de gebedsvarianten onderling

N = 157-162	Religieus gebed	Crisisgebed	Onvoorwaardelijk bidden	Reflectief gebed
Religieus gebed	1	0.59**	0.38**	0.34**
Crisisgebed		1	0.34**	0.31**
Onvoorwaardelijk bidden			1	0.17*
Reflectief gebed				1

** $p < .01$ (2-zijdig getoetst); * $p < .05$ (2-zijdig getoetst)

De meest voorkomende combinatie bestaat tussen het religieus gebed en het crisisgebed ($r = 0.59^{**}$). Er is ook een verband tussen het religieus gebed en onvoorwaardelijk bidden ($r = 0.38^{**}$) en met het reflectief gebed ($r = 0.34^{**}$). Het crisisgebed correleert met het religieus gebed en daarnaast ook met onvoorwaardelijk bidden ($r = 0.34^{**}$) en met het reflectief gebed ($r = 0.31^{**}$).

De laagste correlatie bestaat tussen onvoorwaardelijk bidden en het reflectief gebed ($r = 0.17^{*}$). Dit betekent dat de bidders die hoog scoren op de schaal onvoorwaardelijk bidden, in vergelijking met vrouwen die het religieus of het crisisgebed bidden, in mindere mate de reflectieve gebedsvariant hanteren. Of anders gezegd, degenen die onvoorwaardelijk bidden, bidden minder op een wijze waarbij het overdenken van situaties en het ordenen van gedachten een rol speelt.

Zoals zichtbaar is in tabel 13 bestaan er ook verbanden tussen de vier gebedsvarianten en de bidfrequenties van islamitische gebeden:

Tabel 13. Correlaties (Pearson's r) tussen de vier gebedsvarianten en de bidfrequentie van de *salaat*, de smeekbedes en andere vormen van bidden buiten de *salaat* en smeekbedes.

N = 142-177	Religieus gebed	Crisisgebed	Onvoorwaardelijk bidden	Reflectief gebed
Bidfrequentie <i>salaat</i>	0.26**	0.17*	0.46**	0.18*
Bidfrequentie smeekbedes	0.43**	0.22**	0.26**	0.01
Bidfrequentie buiten <i>salaat</i> en smeekbedes	0.25**	0.14	0.22**	0.02

** $p < .01$ (2-zijdig getoetst); * $p < .05$ (2-zijdig getoetst)

Uit tabel 13 blijkt de correlatie tussen onvoorwaardelijk bidden en de bidfrequentie van de *salaat* het hoogst ($r = 0.46^{**}$), gevolgd door die van het religieus gebed en het vaak bidden van smeekbeden ($r = 0.43^{**}$). Bij het crisisgebed zijn de verbanden met de bidfrequenties minder sterk. De hoogste correlatie is met het frequent bidden van smeekbeden ($r = 0.22^{**}$). Bij het reflectief gebed is er alleen sprake van een zwak positief verband ($r = 0.18^*$) met het frequent bidden van de *salaat*.

Het religieus gebed correleert het sterkst met het frequent bidden van smeekbedes ($r = 0.43^{**}$). Dit laatste komt overeen met de kenmerkende items van het religieus gebed, deze verwijzen immers naar elementen van bidden die voor een aanzienlijk deel ook bij smeekgebeden voorkomen, zoals vergeving vragen, steun/kracht wensen, steun/kracht krijgen, het hart luchten, contact met Allah, Allah bedanken, dingen vragen aan Allah. Het religieus gebed gaat ook samen, maar dan in mindere mate met het frequentie bidden van de *salaat* ($r = 0.26^{**}$) en andere islamitische gebeden ($r = 0.25^{**}$).

Uit de correlaties van onvoorwaardelijk bidden met de bidfrequenties komt er een ander patroon naar voren. Onvoorwaardelijk bidden wordt relatief vaker gecombineerd met het bidden van het *salaat*gebed ($r = 0.46^{**}$) dan met het frequent bidden van smeekbeden ($r = 0.26^{**}$), of andere islamitische gebeden ($r = 0.22^{**}$). Dit sterke verband met de bidfrequentie van de *salaat* is niet zo vreemd, aangezien drie items van de onvoorwaardelijke gebedsvariant goed passen bij het bidden van dit verplichte op vijf vaste tijden gebeden gebed. Dit zijn de items die verwijzen naar het bidden overal waar het uitkomt, in de moskee en op vaste tijden. Het vierde item van deze schaal past minder goed bij de *salaat*, omdat de rituele reining die voor dit gebed nodig is, niet goed te combineren is met het op spontane wijze in de natuur bidden.

Uit de correlaties tussen het crisisgebed en de bidfrequenties blijkt dat er geen uitgesproken verbanden zijn. Bij deze bidvariant is er slechts sprake van een klein positief verband met het frequent bidden van smeekbedes ($r = 0.22^{**}$) en in nog mindere mate met de bidfrequentie van de *salaat* ($r = 0.17^*$). Bij het reflectief gebed is er zoals gezegd alleen een zwak positief verband met het frequent bidden van de *salaat* ($r = 0.18^*$).

Wat is er op te maken uit de verbanden tussen de vier gebedsvarianten en de drie religiositeitsschalen? De verbanden tussen de vier gebedsvarianten en de schaal voor intrinsieke religiositeit (de DRI), de schaal voor volwassen geloof (de MRS) en de schaal voor religieus welzijn (de RWBS) zijn weergegeven in tabel 14.

Tabel 14. Correlaties (Pearson's r) tussen de vier gebedsvarianten en de schaal voor intrinsiek geloof (de DRI), de schaal voor volwassen geloof (de MRS) en de schaal voor religieus welzijn (de RWBS)

N = 142-177	Religieus gebed	Crisisgebed	Onvoorwaardelijk bidden	Reflectief gebed
DRI	0.27**	0.07	0.07	- 0.03
MRS	0.44**	0.27**	0.19*	0.14
RWBS	0.41**	0.14	0.12	0.04

** $p < .01$ (2-zijdig getoetst); * $p < .05$ (2-zijdig getoetst)

Uit tabel 14 blijkt dat er vooral bij het religieus gebed sprake is van significante positieve correlaties. Er is een significant positief verband van deze gebedsvariantenschaal met de schaal voor volwassen geloof, de MRS ($r = 0.44^{**}$) en de schaal voor religieus welzijn, de RWBS ($r = 0.41^{**}$). Er is ook een significante positieve correlatie, maar dan minder sterk, tussen het religieus gebed en de schaal voor intrinsieke religiositeit, de DRI ($r = 0.27^{**}$).

Bij het crisisgebed is er alleen een significant positief verband met de schaal voor volwassen geloof, de MRS ($r = 0.27^{**}$). Ook bij onvoorwaardelijk bidden is er sprake van een zwak positief gesteld verband met de MRS ($r = 0.19^{*}$). Bij het reflectief gebed zijn er geen significante verbanden met deze drie religiositeitschalen. Verder valt op dat de correlaties tussen de MRS en de gebedsvariantschalen hoger zijn dan die met de DRI- en RWBS-schaal.

De verbanden tussen de religiositeitsschalen en de bidfrequenties zijn beperkt. Er bestaan alleen kleine positieve verbanden tussen de MRS en de DRI en het bidden van de *salaat*, respectievelijk $r = 0.23^{**}$ en $r = 0.19^{*}$.

3.3.2.6. Beantwoording van de eerste onderzoeksvraag

Op basis van deze analyses kan de eerste onderzoeksvraag: "Welke kenmerken heeft de religiositeit en met name het bidedrag van hoogopgeleide Nederlandse moslima's van Marokkaanse afkomst?" als volgt worden beantwoord.

De religiositeit en het bidedrag van hoogopgeleide moslima's van Marokkaanse afkomst wordt gekenmerkt door een hoge mate van intrinsieke religiositeit. Een ruime meerderheid van de 177 hoogopgeleide vrouwen van Marokkaanse afkomst ervaart de aanwezigheid van Allah en de islam als de kern van hun bestaan. Zij proberen hun geloof zoveel mogelijk in hun dagelijks leven tot uitdrukking te brengen. Dit komt overeen met de hoge percentages vrouwen die "vaak" tot "altijd" het verplichte *salaat*gebed verrichten. De hoge score op de DRI geeft aan dat voor deze 177 hoogopgeleide, islamitische vrouwen hun geloof een levensdoel op zich is, en niet zozeer een middel om andere doelen te bereiken.

Deze sterke intrinsieke religiositeit komt overeen met de hoge scores van de 177 respondenten op de Mature Religiosity Schaal (MRS). De respondenten uit deze

studie oriënteren zich in sterke mate op de islam, op islamitische waarden en zij voelen zich in hoge mate verbonden met God.

Op basis van de RWBS, de schaal die de mate van religieus welzijn meet, blijkt dat de meeste islamitische vrouwen uit ons onderzoek vinden dat hun geloof bijdraagt aan hun persoonlijk welzijn. Zij ervaren God overwegend als liefdevol, steunend en persoonlijk bij hen betrokken. Hun verbondenheid met, liefde en vertrouwen ten aanzien van God (*God affiliation*) is groot. Er is onder deze 177 islamitische respondenten nauwelijks sprake van een negatief gevoel met betrekking tot God (*God alienation*).

Er is verder sprake van een hoge bidfrequentie. Vooral het bidden van de *salaat* komt bijna altijd voor. Naast positieve religieuze attitudes en gevoelens treden dus ook religieuze handelingen op de voorgrond.

Uit de principale componentenanalyse die is uitgevoerd op de antwoorden van de respondenten op de bidvariantenitems van Bänziger, Janssen & Van Uden (2005) komen verschillende factoren naar voren. Daarbij is er gekozen voor een oplossing in vier factoren, die verwijzen naar vier te onderscheiden gebedsvarianten. Van elk van deze vier factoren is een schaal gevormd. Op deze wijze is vastgesteld hoeveel moslima's uit de groep van 177 respondenten op basis van een hoge score op een van deze schalen een gebedsvorm bidden, die wij respectievelijk het religieus gebed, het crisisgebed, onvoorwaardelijk bidden of het reflectief gebed hebben genoemd.

Onder de groep van 177 komt de religieuze gebedsvariant het meeste voor, daarna het crisisgebed en het reflectief gebed. Een kleinere groep vrouwen bidt op een wijze die gekenmerkt wordt door het niet gebonden zijn aan tijd- en plaatsbepalingen. Deze gebedsvorm hebben wij aangeduid met de term: onvoorwaardelijk bidden. Deze vrouwen bidden ongeacht de omstandigheden waarin zij verkeren, zij bidden wat plaats en tijd betreft op een onvoorwaardelijke manier tot God.

Uit de onderlinge correlaties tussen de gebedsvarianten en de bidfrequentie van islamitische gebeden is op te maken dat zowel degenen die het religieus gebed bidden als degenen die op een onvoorwaardelijke wijze bidden, frequent islamitische gebeden gebruiken. Er doen zich echter verschillen tussen beide groepen bidders voor in de frequentie waarmee zij bepaalde islamitische gebeden bidden. Bij onvoorwaardelijk bidden is de correlatie het hoogst met het frequent bidden van de *salaat* ($r = 0.46^{**}$), terwijl bij het religieus gebed juist de correlatie met het frequent bidden van smeekbeden het hoogst is ($r = 0.43^{**}$).

Kortom het met overgave en vertrouwensvol geloven in God staat voor de meeste van deze moslima's centraal. Bidden betekent voor hen aanbidding, danken en het vragen van vergeving, steun en kracht. Zij bidden op een manier die

overeenkomt met hun religieuze traditie, een traditie die beschreven is in paragraaf 2.5. Deze islamitische respondenten bidden om God te danken, voor vergeving van zonden en niet zozeer vanuit concrete vragen en behoeften. Er is bij hun wijze van bidden eerder sprake van het uiten van emoties naar God, het vragen om steun, waardoor zij getroost worden en weer gaan vertrouwen in de toekomst, dan dat zij bidden voor concrete wensen of materiële behoeften. Dit komt overeen met een meer intrinsieke vorm van geloven, zoals ook blijkt uit hun scores op de schaal voor het meten van intrinsieke religiositeit, de DRI, en die voor het meten van een volwassen vorm van religiositeit, de MRS.

In de volgende paragraaf onderzoeken wij welke rol deze sterke religieuze oriëntatie speelt als deze islamitische vrouwen geconfronteerd worden met tegenslag of problemen. Wat kenmerkt hun manier van religieuze coping en welke rol speelt bidden daarbij?

3.3.3. Kenmerken van religieuze coping

In deze paragraaf beantwoorden wij de tweede onderzoeksvraag: *“Op welke wijze gebruiken deze vrouwen hun religiositeit en het bidden in het bijzonder bij het omgaan met problemen?”*

Uit de beantwoording van de eerste onderzoeksvraag blijkt dat de 177 respondenten uit deze studie hun religie erg belangrijk vinden en dat zij gericht zijn op het praktiseren van de islam in hun dagelijks leven. Hun band met God is sterk en zij bidden veel. Het lijkt dus ook aannemelijk dat zij in tijden van nood steun aan God vragen en dat zij gebruik maken van religieuze coping.

In hoeverre dit het geval is, hebben wij gemeten met de schalen van Pargament et al. (1988) om de religieuze copingstijl vast te kunnen stellen. Deze hebben wij aangevuld met de receptieve copingschaal, de receptiviteit, van Van Uden et al. (2004). Daarnaast hebben wij de subschalen van de Brief RCOPE van Pargament et al. (2000) in onze vragenlijst opgenomen. Op deze manier is vast gesteld voor welke vormen van positieve religieuze coping (met behulp van de PRC-schaal) en negatieve religieuze coping (de NRC-schaal) de 177 respondenten een voorkeur hebben.

3.3.3.1. *De drie copingstijlen van Pargament et al. (1988)*

Volgens Pargament et al. (1988) zijn er verschillende manieren waarop gelovigen als zij problemen hebben, invloed toeschrijven aan God en/of aan zichzelf. Deze onderzoekers maken onderscheid tussen drie religieuze copingstijlen, namelijk een afwachtende, een samenwerkende en een zelfsturende stijl.

Bij de afwachtende religieuze copingstijl houdt iemand alleen God verantwoordelijk voor wat er gebeurt. God wordt bij deze afwachtende religieuze copingstijl een actieve rol toegekend en de persoon zelf een passieve. Als iemand met deze stijl geconfronteerd wordt met problemen, laat men het oplossen van problemen over aan God.

Bij de samenwerkende religieuze stijl stelt iemand zich niet passief op, omdat men van mening is dat men de verantwoordelijkheid voor het hanteren van problemen met God deelt. Bij deze copingstijl wordt zowel van de persoon zelf als van God een actieve opstelling verwacht. Als iemand met deze stijl met problemen wordt geconfronteerd, probeert hij/zij deze dus samen met God op te lossen.

Bij de zelfsturende religieuze stijl wordt alleen de persoon zelf verantwoordelijk gehouden voor het hanteren van problemen. Men is zelf actief, terwijl God als passief wordt beschouwd. Bij deze stijl neemt iemand bij problemen het initiatief om deze op te lossen, zonder daarbij een beroep op God te doen.

Wij hebben bij alle items van de samenwerkende religieuze copingstijlschaal de formulering “samenwerken met God” vervangen door “met hulp van Allah”. Deze verandering was nodig vanwege de kritiek van de moslima’s die een conceptversie van de vragenlijst hebben ingevuld. Zij hebben bezwaar gemaakt tegen de term “samenwerken” met God, omdat dit in hun ogen aanmatigend is. Deze aanpassing betekent dat deze moslima’s bij problemen zowel de hulp van God inroepen als zelf actief zijn, maar daarbij zien zij zichzelf niet als een gelijkwaardige partner.

Wat typeert de religieuze copingstijl van de groep van 177 islamitische respondenten? De uitkomsten zijn in de onderstaande tabel 15 geordend naar hoogste percentage “altijd”. Achter de vraag staat een code tussen haakjes, die verwijst naar de oorspronkelijke vragen uit de lijst van Pargament et al. (1988). De (S) staat voor de zes items van de samenwerkende, de (A) voor de zes items van de afwachtende en de (Z) voor de zes items van de zelfsturende religieuze copingstijl.

Tabel 15. Items van de Religieuze copingstijlen van Pargament et al. (1988) in percentages

N=173-177	Nooit	Zel-	Af en	Vaak	Al- tijd
	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
1. Bij het uitvoeren van mijn plannen kan ik daar met hulp van Allah aan werken (S)	0.6	5.1	18.2	36.4	39.8
2. Wanneer ik mij gespannen of bezorgd voel over een probleem, zoek ik in gebed met hulp van Allah naar een manier om mijn zorgen te verminderen (S)	1.1	6.9	10.3	44.0	37.7
3. Na een probleem te hebben opgelost, probeer ik er met hulp van Allah een plaats aan te geven in mijn leven (S)	0.6	3.4	14.9	47.4	33.7
4. Als besloten moet worden hoe een probleem op te lossen, maakt mijn geloof het mogelijk dat ik met hulp van Allah daaraan werk (S)	1.1	2.8	16.5	46.0	33.5
5. Als zich een moeilijke situatie voordoet, leg ik deze in mijn gebed voor aan Allah om met Zijn hulp na te denken over mogelijke oplossingen (S)	1.1	5.7	24.4	39.8	29.0
6. Als ik een probleem heb, praat ik er in gebed met Allah over om met Zijn hulp te bepalen wat de betekenis en bedoeling er van is (S)	5.1	11.4	22.2	40.3	21.0
7. Als zich een moeilijke situatie voordoet, laat ik het aan Allah over om te bepalen wat de bedoeling er van is voor mij (A)	5.1	19.9	30.7	29.5	14.8
8. Ik denk niet veel na over de problemen die ik gehad heb; Allah geeft er voor mij een plaats aan in mijn leven (A)	6.4	17.3	31.2	31.8	13.3
9. Bij het oplossen van mijn problemen wacht ik Allah's leiding af in de wetenschap dat Hij op een of andere manier voor een oplossing zal zorgen (A)	5.1	18.6	33.3	31.1	11.9
10. Wanneer een situatie mij bezorgd maakt, wacht ik tot Allah die gevoelens van mij wegneemt (A)	3.4	13.6	41.2	32.2	9.6
11. Ik denk niet na over de mogelijke oplossingen voor mijn problemen, omdat Allah ze mij wel verschaft (A)	18.3	33.7	30.3	13.1	4.6
12. In plaats van zelf naar de goede oplossing voor een probleem te zoeken, wacht ik liever Allah's leiding af (A)	8.1	32.9	38.2	17.3	3.5
13. Als ik door een moeilijke periode heen ben gegaan, probeer ik er zelf een plaats aan te geven in mijn leven. Ik ga er niet van uit dat Allah daar wel voor zorgt (Z)	33.0	22.7	23.9	17.0	3.4
14. Als ik nadenk over een probleem, probeer ik mogelijke oplossingen te vinden zonder Allah's hulp (Z)	43.9	27.2	15.6	11.6	1.7
15. Als ik besluit hoe een probleem op te lossen, maak ik een keuze zonder daar Allah bij te betrekken (Z)	38.3	39.4	15.4	5.7	1.1
16. Als ik met een probleem geconfronteerd wordt, dan probeer ik zelf met mijn gevoelens in het reine te komen, zonder Allah's hulp (Z)	43.5	29.4	17.5	9.0	0.6
17. Wanneer ik moeilijkheden heb, bepaal ik zelf wat de betekenis en bedoeling er van is, zonder hulp van Allah (Z)	39.2	25.0	27.3	8.0	0.6
18. Ik los mijn problemen op zonder hulp van Allah (Z)	50.0	32.8	12.1	4.6	0.6

Opvallend is dat de indeling van de items naar hoogste percentage, zoals zichtbaar is in tabel 15, de indeling van de schalen van Pargament et al. (1988) volgt: de items van de samenwerkende religieuze copingsschaal hebben relatief de hoogste frequenties, daarna de items van de afwachtende en tot slot de items van de zelfsturende religieuze copingstijl.

De percentages in tabel 15 maken duidelijk dat de meeste respondenten God om hulp vragen maar tegelijkertijd zelf ook iets aan hun problemen doen. Zij zijn het eens met de items van de "samenwerkende" religieuze copingstijl. Zo geven ongeveer acht van de tien vrouwen aan dat zij "vaak" en "altijd" als zij zich gespannen of bezorgd voelen over een probleem, in gebed met hulp van Allah naar een manier zoeken om hun zorgen te verminderen (81.7%); dat zij na een probleem te hebben opgelost, met hulp van Allah er een plaats aan geven (81.1%). En dat als er besloten moet worden hoe een probleem op te lossen, hun geloof het voor hen mogelijk maakt dat zij hier met hulp van Allah aan werken (79.5%).

De meeste vrouwen uit ons onderzoek vinden dus dat zij zelf verantwoordelijk zijn voor het hanteren van hun problemen, maar zij schrijven God ook invloed toe. Daarom doen zij bij problemen een beroep op Zijn hulp. Zij bidden tot God als zij zich gespannen of bezorgd voelen, proberen hun zorgen door te bidden te verminderen, of leggen hun probleem aan God voor. Zij hebben het gevoel dat zij hun problemen later met hulp van God een plekje kunnen geven. Zij kiezen veel minder vaak voor de items van de afwachtende religieuze copingstijl. Dit betekent dat deze moslima's niet geneigd zijn om het oplossen van hun problemen aan God over te laten. Zij nemen zelf initiatief. Dit doen zij echter door tevens God in te schakelen, want zij kiezen nauwelijks voor de items van de zelfsturende religieuze copingstijl. De items van de zelfsturende religieuze copingstijl hebben de laagste frequenties. Zo geeft 82.8% van alle respondenten aan "zelden" of "nooit" hun problemen zonder God op te lossen.

Bij de principale componentenanalyse¹⁶ vallen vrijwel alle theoretisch te onderscheiden zes items van de drie religieuze copingstijlschalen van Pargament et al. (1988) ook bij onze onderzoeksgroep in dezelfde drie-factoren oplossing. Slechts één item laadt niet zuiver op de afwachtende religieuze copingsschaal (zoals theoretisch verwacht), maar zowel op de afwachtende als op de samenwerkende religieuze copingstijl. Het gaat om het item: "Als zich een moeilijke situatie voordoet, laat ik het aan Allah over om te bepalen wat de bedoeling er van is voor mij". Wij hebben dit item daarom niet in de afwachtende religieuze copingstijlschaal opgenomen.

¹⁶ Principale componentenanalyse met varimax rotatie, missing pairwise, n factors = 3, factorlading: > 0.40, verklaarde variantie: 35.8% + 12.5% + 8.1% = 56.5%.

Op basis van de gevonden oplossing in drie factoren zijn er drie religieuze copingstijlschalen gevormd. De interne consistentie van deze schalen is redelijk tot goed. De Cronbach's alpha-coëfficiënt van de zelfsturende religieuze copingstijlschaal is 0.87; die van de samenwerkende religieuze copingstijlschaal is 0.84, en die van de afwachtende religieuze copingstijlschaal is 0.75. Daarna zijn de individuele scores per respondente per schaal berekend, door hun scores op de door hen gekozen antwoordmogelijkheden variërend van 1 (nooit) tot 5 (altijd) bij elkaar op te tellen.

Zoals al te verwachten is op basis van de frequentieverdeling, scoren de meeste respondenten hoog op de samenwerkende religieuze copingstijlschaal. Voor deze schaal is de minimale scoremogelijkheid 6 en de maximale score 30. De gemiddelde score op deze schaal van 6 items is 23.87. De standaarddeviatie is 4.12. Als wij de score "vaak" (dit wil zeggen 4) en "altijd" (dit wil zeggen 5) samen als hoog beschouwen, dan heeft van onze onderzoeksgroep 57.3% een hoge score op deze schaal, variërend van 24-30.

De afwachtende religieuze copingstijlschaal varieert met 5 items van 5-25. De maximale score is 25. De gemiddelde score op de afwachtende religieuze copingstijlschaal is 15.06. De standaarddeviatie is 3.64. Als wij de antwoordcategorieën "vaak" en "altijd" als hoog beschouwen, dan heeft slechts 10% van onze respondenten een hoge score, dit wil zeggen tussen de 20 en 25, op de afwachtende religieuze copingstijlschaal.

Er zijn relatief weinig respondenten die hoog scoren op de zelfsturende religieuze copingstijlschaal. De score op deze 6-itemschaal varieert van 6 tot en met 24. Van onze respondenten behaalt niemand de maximale score van 30. De gemiddelde score op deze schaal is 12.02. De standaarddeviatie bedraagt 4.78. Slechts 1.2% van onze respondenten heeft een score van 24 tot en met 30.

3.3.3.2. *Receptieve coping*

Van Uden et al. (2004) hebben een specifieke schaal, -de receptiviteit- ontwikkeld, die beter aansluit bij de context van het seculiere Nederland. Deze schaal van 8 items, geeft inzicht in de mate waarin respondenten als zij met problemen worden geconfronteerd, ontvankelijk of receptief zijn voor oplossingen die zich aandienen.

Zoals blijkt uit onderstaande tabel 16 gelooft een groot deel (80%) van de 177 respondenten er bijna altijd in dat er zich in moeilijke situaties uiteindelijk een uitweg aandient. Zij stellen zich in iets mindere mate (69.1%) ook open voor oplossingen die zich aandienen. Over het algemeen spreekt uit de wijze waarop deze gelovige respondenten deze items hebben ingevuld, dat zij goed uit de voeten kunnen met de formulering van deze items. Uit hun beantwoording spreekt een groot vertrouwen in de goede afloop van probleemsituaties.

Tabel 16. Receptiviteitschaalitems in percentages

N = 175-177	Nooit (1)	Zelden (2)	Af toe (3)	Vaak (4)	Altijd (5)
1. In moeilijke situaties geloof ik er in dat zich uiteindelijk een uitweg aandient	-	3.4	16.6	42.3	37.7
2. Als zich een moeilijke kwestie voordoet, stel ik mij open voor oplossingen die zich aandienen	1.1	3.4	26.3	47.4	21.7
3. Als ik mij afvraag hoe een probleem op te lossen, vertrouw ik er op dat mij na verloop van tijd een oplossing gegeven wordt	5.7	11.9	25.0	37.5	19.9
4. Als ik problemen heb, geloof ik er in dat mij een oplossing aangereikt zal worden	5.7	13.1	26.1	35.8	19.3
5. Wanneer ik problemen heb, vertrouw ik er op dat de betekenis en bedoeling er van me uiteindelijk geopenbaard zullen worden	4.5	7.3	34.5	36.7	16.9
6. Wanneer ik mij zorgen maak over een situatie, ontleen ik rust aan eerdere ervaringen, waar mij een uitweg werd aangereikt	1.7	6.3	42.3	37.7	12.0
7. Na een moeilijke periode wordt de diepere zin van mijn problemen onthuld	1.7	10.9	43.4	34.9	9.1
8. Bij het oplossen van mijn problemen overkomt het me dat dingen vanzelf op hun plaats vallen	1.1	9.1	46.6	39.8	3.4

Na principale componentenanalyse¹⁷ vielen alle items van de receptiviteitschaal in één factor (gekozen op basis van het scree plot). Hiervan hebben wij een schaal gevormd. Deze schaal van 8 items heeft een Cronbach's alpha-coëfficiënt van 0.78. Het gemiddelde van deze schaal is een score van 28.81. De standaarddeviatie is 4.66. Van onze respondenten heeft 28.2% een hoge score op deze schaal, dit wil zeggen vanaf 32 tot en met 40.

3.3.3.3. De Brief RCOPE: positieve en negatieve vormen van religieuze coping

De schaal om de positieve of negatieve vormen van religieuze coping te meten, de Brief RCOPE van Pargament et al. (2000; 2011) bestaat uit twee onderdelen. Eén subschaal met 7 items, de PRC (*Positive Religious Coping*) meet vormen van positieve religieuze coping. De andere subschaal van 7 items, de NRC (*Negative Religious Coping*) meet vormen van negatieve religieuze coping. Er zijn bij elke schaal per item vier antwoordmogelijkheden, die variëren van (1) bijna nooit tot (4) bijna altijd. In de onderstaande tabel 17 zijn de antwoorden van onze 177 respondenten per item en per subschaal weergegeven, geordend vanaf het hoogste percentage bij de antwoordcategorie "bijna altijd".

¹⁷ Principale componentenanalyse met varimax rotatie, missing pairwise, n factors = 1, factors > 0.40, verklaarde variantie: 39.3%.

Tabel 17. Brief RCOPE schaalitems met de subschalen PRC en NRC, geordend naar de percentages per item van de antwoordcategorie “bijna altijd”

N = 172-177	Bijna nooit (1)	Soms (2)	Vaak (3)	Bijna altijd (4)
PRC: Positieve vormen van religieuze coping				
1. Als ik problemen heb vraag ik om vergeving voor mijn zonden	2.3	10.2	26.7	60.8
2. Als ik problemen heb zoek ik Allah's liefde en zorg	2.3	6.4	34.3	57.0
3. Als ik problemen heb streef ik naar een sterkere band met Allah	2.3	8.5	35.6	53.7
4. Als ik problemen heb, zoek ik hulp bij Allah om mijn niet te laten leiden door boosheid	5.8	12.7	35.8	45.7
5. Als ik problemen heb probeer ik met hulp van Allah het probleem aan te pakken	1.7	13.6	42.0	42.6
6. Als ik problemen heb probeer ik te zien hoe Allah mij er sterker door probeert te maken	4.6	16.1	40.8	38.5
7. Als ik problemen heb concentreer ik me op mijn geloof, zodat ik kan stoppen met piekeren	4.5	17.6	42.0	35.8
N = 172-177	Bijna nooit (1)	Soms (2)	Vaak (3)	Bijna altijd (4)
NRC: negatieve vormen van religieuze coping				
1. Als ik problemen heb stel ik vragen bij de macht van Allah	32.6	24.4	26.2	16.9
2. Als ik problemen heb concludeer ik dat dit door toedoen van de duivel is gebeurd	27.4	42.9	19.4	10.3
3. Als ik problemen heb vraag ik mij af of Allah nog wel van mij houdt	62.7	27.7	4.5	5.1
4. Als ik problemen heb voel ik mij gestraft door Allah voor mijn gebrek aan toewijding	33.9	45.2	15.8	5.1
5. Als ik problemen heb vraag ik mij af of mijn geloofsgenoten mij in de steek hebben gelaten	68.4	23.7	4.0	4.0
6. Als ik problemen heb vraag ik mij af wat ik heb gedaan dat Allah mij straft	44.6	42.4	9.6	3.4
7. Als ik problemen heb vraag ik me af of Allah mij misschien verlaten heeft	76.6	18.9	2.3	2.3

Uit de antwoorden van de 177 respondenten op de items van de schaal voor positieve religieuze coping (PRC) komt het volgende beeld naar voren. Ongeveer acht tot negen van de tien vrouwen zoeken bij problemen regelmatig (dit wil zeggen op basis van zowel de antwoordcategorie “bijna altijd” als “vaak”) Allah's liefde en zorg (91.3%). Zij streven naar een sterkere band met Allah (89.3%). Vragen vergeving van zonden (87.5%) en pakken met hulp van Allah hun problemen aan (84.6%). Zij zoeken Gods hulp om beter om te kunnen gaan met boosheid (81.5%). Zij proberen tegenslag te zien als iets waardoor Allah hen sterker maakt (79.3%) en concentreren zich op hun geloof om te stoppen met piekeren (77.8%).

Bij de negatieve religieuze copingschaal, de NRC-schaal blijkt dat vier op de tien respondenten regelmatig vragen stellen bij de macht van Allah (43.1%). En drie

van de tien respondenten denken bij tegenslag regelmatig aan de invloed van de duivel (29.7%). Twee op de tien respondenten geeft aan dat zij problemen regelmatig als straf van Allah beschouwen door hun gebrek aan toewijding (20.9%). De andere items worden duidelijk minder onderschreven. Iets meer dan één op de tien vraagt zich bij problemen regelmatig af waarom Allah hen straft (13%).

Bij de principale componentenanalyse¹⁸ laden de zeven items van de positieve religieuze copingschaal (de PRC-schaal) op één factor. Wij hebben deze factor, die verwijst naar vormen van positieve religieuze coping, daarom in één schaal opgenomen. De Cronbach's alpha-coëfficiënt van deze schaal is 0.85. De maximale score op deze schaal van zeven items is 28 en de minimale score is 7. De gemiddelde score van de vrouwen uit ons onderzoek op deze schaal is 22.98. De standaarddeviatie is 3.96.

De items van de negatieve religieuze copingschaal (de NRC-schaal) laden niet alle zeven op één factor, een factor die verwijst naar negatieve vormen van religieuze coping. Twee items laden niet op deze factor. Het item: "Stel ik vragen bij de macht van Allah" laadt op de factor positieve religieuze coping. Dit item is dus niet als een vorm van negatieve religieuze coping te beschouwen. En een ander item: "Concludeer ik dat het door toedoen van de duivel is gebeurd" heeft een te lage factorlading. Deze twee items zijn vervolgens niet in de schaal voor negatieve religieuze coping opgenomen. De schaal voor negatieve religieuze coping (NRC), bestaat dus uit vijf items. De Cronbach's alpha-coëfficiënt van deze schaal is 0.76. De scoremogelijkheid op deze schaal van vijf items varieert van 5 (laag) tot 20 (hoog). De gemiddelde score op de schaal is 7.86. De standaarddeviatie is 2.68.

3.3.3.4. Verbanden tussen de copingmaten

In deze paragraaf geven wij de onderlinge verbanden weer tussen de diverse religieuze copingschalen die wij voor ons onderzoek hebben gebruikt. In de volgende tabel 18 zijn de gevonden correlaties te vinden tussen de drie religieuze copingstijlschalen, de schaal voor receptieve coping en de Brief RCOPE positief (de PRC-schaal) en negatief (de NRC-schaal). Er valt op dat er tussen al deze schalen significante verbanden bestaan, met uitzondering van de schaal voor negatieve religieuze coping, de NRC. De verbanden tussen deze copingschalen en de zelf-sturende religieuze copingstijl zijn negatief van aard. Het hoogste significante verband bestaat tussen de samenwerkende religieuze copingstijl en de schaal voor positieve coping, de PRC ($r = 0.67^{**}$).

¹⁸ Principale componentenanalyse met varimax rotatie, missing pairwise, n factors = 2, factorlading: 0.40, verklaarde variantie: 28.9% + 19.9% = 48.8%

Tabel 18. Correlaties (Pearson's r) tussen religieuze copingstijlschalen, de receptieve coping en de schalen voor positieve en negatieve coping

N = 162-169	Afwachtende religieuze copingstijl	Samenwerkende religieuze copingstijl	Zelfsturende religieuze copingstijl	Receptieve coping	PRC	NRC
Afwachtende religieuze copingstijl	1	0.48**	-0.31**	0.32**	0.40**	0.03
Samenwerkende religieuze copingstijl		1	-0.54**	0.56**	0.67**	-0.01
Zelfsturende religieuze copingstijl			1	-0.24**	-0.46**	0.11
Receptieve coping				1	0.39**	0.02
PRC, positieve religieuze coping					1	0.04
NRC, negatieve religieuze coping						1

** $p < .01$ (2-zijdig getoetst); * $p < .05$ (2-zijdig getoetst)

Wij zullen deze onderlinge verbanden per schaal nader toelichten. De *afwachtende religieuze copingstijl* correleert positief met de *samenwerkende religieuze copingstijl* ($r = 0.48^{**}$), het gebruik van vormen van positieve religieuze coping ($r = 0.40^{**}$), receptieve coping ($r = 0.32^{**}$) en juist negatief met de *zelfsturende religieuze copingstijl* ($r = -0.31^{**}$).

Bij de *samenwerkende religieuze copingschaal* is het verband met het gebruik van positieve vormen van religieuze coping het sterkst ($r = 0.67^{**}$), vervolgens het verband met de receptieve copingschaal ($r = 0.56^{**}$). Er is een redelijk sterk negatief significant verband met de *zelfsturende religieuze copingstijl* ($r = -0.54^{**}$). En zoals reeds vermeld is ook de correlatie tussen deze schaal en de *afwachtende religieuze copingschaal* redelijk hoog.

Zoals gezegd, zijn de verbanden tussen de *zelfsturende religieuze copingstijl* en de andere copingsschalen negatief van aard. Het sterkste negatieve verband bestaat met de *samenwerkende religieuze copingstijl*, gevolgd door negatieve verbanden met de schaal voor positieve religieuze coping ($r = -0.46^{**}$), een afwachtende religieuze copingstijl ($r = -0.31^{**}$) en receptieve coping ($r = -0.24^{**}$).

Dit maakt duidelijk dat degenen met een zelfsturende religieuze copingstijl bij problemen geen beroep doen op God of er op vertrouwen dat iets goed zal komen. Dit komt overeen met de kenmerken van deze schaal. Een zelfsturende religieuze copingstijl is dus een contra-indicatie voor een samenwerkende, een afwachterende religieuze copingstijl en in mindere mate voor receptieve coping.

Bij de schaal voor *receptieve coping*, is zoals gezegd de correlatie met de samenwerkende religieuze copingstijl het sterkst ($r = 0.56^{**}$). Er is ook een verband met het gebruik van positieve vormen van religieuze coping ($r = 0.39^{**}$) en de afwachterende religieuze copingschaal ($r = 0.32^{**}$). Maar het verband met de zelfsturende stijl is negatief van aard ($r = -0.24^{**}$). Dit betekent dat de moslima's uit deze studie die zich receptief opstellen vaak ook een samenwerkende religieuze copingstijl hebben, dat zij soms ook een afwachterende houding bij problemen innemen, maar dat een zelfsturende stijl veel minder waarschijnlijk is. Dus de moslima's die zich open stellen voor oplossingen die zich aandienen, doen vaak ook een beroep op God en schakelen Zijn hulp in.

De significante correlaties van de schaal voor *positieve vormen van religieuze coping* (PRC) met de andere copingschalen zijn zoals reeds is vermeld, hoog bij de samenwerkende religieuze copingstijlschaal, negatief bij die van de zelfsturende stijl, en redelijk hoog bij die van de afwachterende religieuze copingstijl en receptieve coping. Er zijn geen verbanden gevonden tussen de andere religieuze copingschalen en de schaal voor *negatieve religieuze coping* (de NRC) van de Brief RCOPE.

3.3.3.5. Verbanden tussen religiositeit en religieuze coping

Om preciezer inzicht te krijgen in de aard van de beschreven religieuze coping zullen wij op zoek gaan naar de samenhang tussen de religiositeitschalen, de bidfrequenties en de gebedsvarianten en de religieuze copingmaten (correlaties). Dan zal blijken dat er vele significante correlaties zijn met variabelen die onderling ook weer samenhangen. Om de beste voorspellers voor de zes vormen van religieuze coping te achterhalen voeren wij regressieanalyses uit met de religiositeitsschalen, de bidfrequenties en de gebedsvarianten als voorspellers en de religieuze copingmaten als afhankelijke variabelen. Daarbij gaan we er van uit dat religieuze coping voortvloeit uit de algemene religiositeit van de onderzochten.

De regressieanalyses zijn stapsgewijs opgebouwd. In stap 1 worden de religiositeitsschalen (DRI, RWBS en MRS) ingebracht; in stap 2 de bidfrequenties van de *salaat*, smeekbedes en gebeden daarbuiten en in stap 3 de gebedsvarianten (religieus, onvoorwaardelijk, crisis en reflectief). In stap 4 worden de in de eerdere drie stappen significant gebleken voorspellers samen genomen in een finale regressieanalyse. De correlaties tussen alle schalen zijn in de volgende tabel 19 zichtbaar:

Tabel 19. Correlaties (Pearson's r) tussen de religieuze copingsschalen en de religiositeitsschalen, de bidfrequenties en de gebedsvarianten

N = 147-171	Afwachtende religieuze copingstijl	Samenwerkende religieuze copingstijl	Zelfsturende religieuze copingstijl	Receptieve coping	PRC	NRC
DRI	0.18*	0.38**	-0.08	0.35**	0.27**	-0.19*
RWBS	0.22**	0.44**	-0.17*	0.46**	0.34**	-0.24**
MRS	0.41**	0.52**	-0.18*	0.43**	0.40**	-0.08
Bid-frequentie						
<i>Salaat</i>	0.31**	0.33**	-0.26**	0.03	0.38**	0.10
Smeekbedes	0.07	0.35**	-0.38**	0.18*	0.39**	0.05
Buiten <i>salaat</i> /smeekbedes	0.11	0.19*	-0.24**	-0.05	0.25**	0.07
Gebeds-varianten						
Religieus gebed	0.40**	0.74**	-0.45**	0.45**	0.66**	-0.05
Onvoorwaardelijk bidden	0.42**	0.32**	-0.20*	0.16*	0.31**	-0.05
Crisisgebed	0.23**	0.47**	-0.25**	0.26**	0.45**	0.11
Reflectief gebed	0.20*	0.28**	-0.06	0.06	0.11	0.07

** $p < .01$ (2-zijdig getoetst); * $p < .05$ (2-zijdig getoetst)

Afwachtende religieuze coping

Uit de correlaties tussen de afwachtende religieuze copingstijl en de religiositeitsschalen komt het volgende beeld naar voren. Het verband met de MRS ($r = 0.41^{**}$) is het hoogst. De verbanden met de RWBS ($r = 0.22^{**}$) en de DRI ($r = 0.18^*$) zijn minder hoog. Er is bij deze copingstijlschaal, als het gaat om verbanden met de bidfrequentie, alleen sprake van een significant verband met het bidden van de *salaat* ($r = 0.31^{**}$). Bij de afwachtende religieuze copingstijl en de gebedsvarianten is de correlatie met onvoorwaardelijk bidden het hoogst ($r = 0.42^{**}$), gevolgd door die van het religieus gebed ($r = 0.40^{**}$), die van het crisisgebed ($r = 0.23^{**}$) en het reflectief gebed ($r = 0.20^*$).

Uit de regressieanalyses blijkt dat in de eerste drie stappen 4 significante voorspellers naar voren komen: volwassen geloof, bidden van de *salaat*, het religieus gebed en onvoorwaardelijk bidden. De finale regressieanalyse met deze 4 variabelen als voorspellers staat hieronder in tabel 20 vermeld. De verklaarde variantie is: 29%.

Tabel 20. Finale regressieanalyse met als afhankelijke variabele de afwachterende religieuze copingstijl

	Beta-coëfficiënt	Significantie
MRS	0.273	0.001
Bidfrequentie de <i>salaat</i>	0.084	0.292
Religieus gebed	0.154	0.064
Onvoorwaardelijk bidden	0.267	0.002

Er blijven twee onafhankelijk voorspellers over: naarmate men meer op een volwassen manier gelooft en naar mate men meer onvoorwaardelijk bidt, hanteert men meer een afwachterende religieuze copingstijl. Moslima's waarbij het geloof en de geloofspraktijk het leven doordrenkt, geven zich bij het oplossen van problemen eerder over aan God als probleemoplosser.

Samenwerkende religieuze coping

Uit de correlaties tussen de samenwerkende religieuze copingstijlschaal met de schalen voor het meten van religiositeit blijkt dat een samenwerkende religieuze copingstijl relatief vaak samengaat met een volwassen vorm van geloof (MRS: $r = 0.52^{**}$), religieus welbevinden (RWBS: $r = 0.44^{**}$) en een intrinsieke religiositeit (DRI: $r = 0.38^{**}$). Degenen met deze copingstijl bidden ook frequent smeekbedes ($r = 0.35^{**}$) en de *salaat* ($r = 0.33^{**}$) en in mindere mate ook andere gebeden ($r = 0.19^*$). Zij bidden vooral het religieus gebed ($r = 0.74^{**}$) en in aanzienlijke mate het crisisgebed ($r = 0.47^{**}$). De verbanden met onvoorwaardelijk bidden ($r = 0.32^{**}$) en het reflectief gebed ($r = 0.28^{**}$) vallen iets lager uit. Wat allereerst opvalt, is dat deze copingstijl de hoogste correlaties met de religiositeits- en bidmaten heeft. Vooral de hoge correlatie met het religieus gebed springt eruit.

Dit wijst er op dat een deel van de moslima's met een samenwerkende religieuze copingstijl net als degenen met een afwachterende stijl, maar dan in sterkere mate, op een volwassen wijze geloven, zich prettig voelen bij God en de islam en intrinsiek religieus georiënteerd zijn. Zij bidden vaak islamitische gebeden, waaronder smeekbedes en de *salaat*. Bij de gebedsvarianten bidden zij relatief vaak het religieus en in iets mindere mate het crisisgebed.

Uit de regressieanalyses die zijn verricht, blijkt dat in de eerste drie stappen 4 significante voorspellers naar voren komen: volwassen geloof, bidden van de *salaat*, het religieus en het smeekgebed. De finale regressieanalyse met deze 4

variabelen als voorspellers staat hieronder in tabel 23 vermeld. De verklaarde variantie is: 60%.

Tabel 23. Finale regressieanalyse met als afhankelijke variabele de samenwerkende religieuze copingstijl

	Beta-coëfficiënt	Significantie
het religieus gebed	0.599	0.000
MRS	0.229	0.000
Bidfrequentie <i>salaat</i>	0.109	0.057
Bidfrequentie smeekbedes	0.034	0.577

Er blijven twee onafhankelijk voorspellers over: naarmate men meer op een volwassen manier gelooft en naar mate men meer het religieus gebed bidt, hanteert men meer een samenwerkende religieuze copingstijl. Dit geeft aan dat deze religieuze copingstijl samengaat met een aan de religieuze traditie gebonden vorm van bidden en een volwassen vorm van religiositeit. Het lijkt de mainstream vorm van coping te zijn.

Zelfsturende religieuze coping

Zoals verwacht, wijkt de *zelfsturende religieuze copingstijl* duidelijk af van de andere copingstijlschalen. Bij de vergelijking tussen de correlaties van deze schaal met de andere schalen wordt een ander patroon zichtbaar. Bij de zelfsturende religieuze copingstijl zijn er alleen negatieve significante correlaties vastgesteld. Dit betekent dat iemand die hoog scoort op de zelfsturende religieuze copingstijl, vaak juist een lage score heeft op een schaal voor het meten van religiositeit. Bij de zelfsturende religieuze copingstijlschaal is er geen verband met de DRI en zijn er zwakke negatieve verbanden met de RWBS ($r = -0.17^*$) en de MRS ($r = -0.18^*$). Er zijn ook negatieve significante verbanden met de bidfrequentie. Dit betekent dat de moslima's met de zelfsturende stijl relatief minder vaak dan de moslima's met een andere religieuze copingstijl smeekbedes ($r = -0.38^{**}$) en de *salaat* ($r = -0.26^{**}$) bidden, of andere gebedsvormen gebruiken ($r = -0.24^{**}$).

De vrouwen met de zelfsturende copingstijl bidden dus minder frequent, hetgeen ook wordt bevestigd door de negatieve significante verbanden tussen de zelfsturende religieuze copingstijl en de gebedsvarianten. De correlaties met het religieus gebed ($r = -0.45^{**}$), het crisisgebed ($r = -0.25^{**}$) en onvoorwaardelijk bidden ($r = -0.20^*$) zijn significant maar negatief van aard. Er is geen verband gevonden met het reflectief gebed.

Uit de regressieanalyses die zijn verricht, blijkt dat in de eerste drie stappen 2 significante negatieve voorspellers naar voren komen: het religieus en het smeekgebed. De finale regressieanalyse met deze 2 variabelen als voorspellers staat hieronder in tabel 24 weergegeven. De verklaarde variantie is: 23%.

Tabel 24. Finale regressieanalyse met als afhankelijke variabele de zelfsturende religieuze copingstijl

	Beta-coëfficiënt	Significantie
Religieus gebed	-0.351	0.000
Bidfrequentie smeekbedes	-0.226	0.004

Er blijven twee onafhankelijke voorspellers over: naarmate men minder smeekbedes bidt en naarmate men minder het religieus gebed bidt, lost men meer zelf zijn eigen problemen op zonder bijstand van Allah. Dit komt overeen met de strekking van deze religieuze copingstijlschaal, men doet immers geen beroep op God.

Receptieve coping

Bij de receptieve copingschaal, de receptiviteit, is het hoogste significante positieve verband ten aanzien van de religiositeitschalen, met de schaal voor religieus welzijn (RWBS: $r = 0.46^{**}$), vervolgens met de schaal voor volwassen geloof (MRS: $r = 0.43^{**}$) en de schaal voor intrinsieke religiositeit (DRI: $r = 0.35^{**}$). Er is een zwak positief verband met het frequent bidden van smeekbeden ($r = 0.18^*$). De correlatie met het religieus gebed is het hoogste ($r = 0.45^{**}$), gevolgd door die met het crisisgebed ($r = 0.26^{**}$).

Uit deze correlaties is op te maken dat degenen die gebruik maken van receptieve coping vaak tevens religieus georiënteerd zijn en vinden dat hun religie bijdraagt aan hun welzijn. Ook er is bij hen vaak sprake van een volwassen vorm van geloof en intrinsieke religiositeit. Zij bidden vooral het religieus en in mindere mate het crisisgebed.

Uit de regressieanalyses die zijn verricht, blijkt dat in de eerste drie stappen drie significante voorspellers naar voren komen: religieus welzijn, bidden van smeekbedes en het religieus gebed. De finale regressieanalyse met deze 3 variabelen als voorspellers staat hieronder in tabel 25 weergegeven. De verklaarde variantie is: 27%.

Tabel 25. Finale regressieanalyse met als afhankelijke variabele de receptiviteit

	Beta-coëfficiënt	Significantie
Religieus gebed	0.306	0.001
RWBS	0.331	0.000
Bidfrequentie smeekbedes	0.012	0.884

Er blijven twee onafhankelijke voorspellers over: naarmate het religieus welbevinden groter is en naarmate men meer religieus bidt, hanteert men meer receptieve coping. Deze manier van coping waarin men vertrouwen heeft in een goede afloop van tegenslag is bij deze respondenten ingebed in een vertrouwensvolle relatie met God. Receptieve coping is bij deze groep onderzochten

dus een religieuze receptieve coping. Het vertrouwen in een goede afloop is hier gebaseerd op een vertrouwen in een goedwillende God.

Positieve religieuze coping

Vanuit de correlaties tussen de PRC-schaal enerzijds en de religiositeitschalen, de bidfrequenties en de gebedsvarianten anderzijds komt het volgende beeld naar voren. De correlatie met de MRS is het hoogst ($r = 0.40^{**}$), gevolgd door die met de RWBS ($r = 0.34^{**}$) en de DRI ($r = 0.27^{**}$). De correlaties met de bidfrequenties zijn alle matig positief. Er is een sterk positief significant verband tussen de PRC-schaal en het religieus gebed ($r = 0.66^{**}$), gevolgd door de correlatie met het crisisgebed ($r = 0.45^{**}$) en onvoorwaardelijk bidden ($r = 0.31^{**}$). Er is geen verband geconstateerd tussen de PRC-schaal en het reflectief gebed. Ook hier weer (zoals bij de samenwerkende religieuze copingstijl) zien we veel verbanden met de algemene religiositeit en de bidpraktijken. Door middel van de regressieanalyses proberen we de beste voorspellende variabelen te bepalen. In de eerste drie stappen kwamen als significante voorspellers naar voren: volwassen religiositeit, het frequent bidden van de *salaat*, het frequent bidden van smeekbedes, het religieus en het reflectief gebed (negatief verband). De finale regressieanalyse met deze 5 variabelen als voorspellers staat hieronder in tabel 26 weergegeven. De verklaarde variantie is: 49%.

Tabel 26. Finale regressieanalyse met als afhankelijke variabele de positieve religieuze coping (PRC)

	Beta-coëfficiënt	Significantie
Religieus gebed	0.576	0.000
Reflectief gebed	-0.140	0.031
MRS	0.106	0.117
Bidfrequentie <i>salaat</i>	0.210	0.001
Bidfrequentie smeekbedes	0.063	0.365

Er blijven bij de finale regressieanalyse drie onafhankelijke voorspellers over. Religieus bidden en het bidden van de *salaat* zijn positieve voorspellers, reflectief bidden is een negatieve voorspeller. Ritueel bidden, het bidden zonder denkactiviteiten, is dus de beste voorspeller van positieve religieuze coping. Het reflectief gebed verwijst immers meer naar een vorm van nadenken dan naar een concrete rituele bidhandeling.

Negatieve religieuze coping

Bij de schaal voor *negatieve religieuze coping* (NRC) bestaan er nauwelijks significante correlaties met de algemene religiositeit en het bidedrag. Slechts twee negatieve verbanden zijn te noemen: RWBS ($r = -0.24^{**}$) en DRI ($r = -0.19^*$). Dit betekent dus dat een hoge score op de schaal voor religieus welbevinden en in mindere mate ook een

hoge score op intrinsieke religiositeit een contra-indicatie is voor het gebruik van negatieve religieuze coping. Dus bij degenen die hoog scoren op de schaal voor negatieve religieuze coping, is er vaak minder sprake van religieus welzijn en intrinsieke religiositeit.

Door middel van de regressieanalyses proberen we de beste voorspellende variabelen te bepalen. In de eerste drie stappen komen als significante voorspellers naar voren: volwassen religiositeit (positieve voorspeller), religieus welbevinden (negatieve voorspeller) en het crisisgebed (positieve voorspeller). De finale regressieanalyse met deze 3 variabelen als voorspellers staat hieronder in tabel 27 weergegeven. De verklaarde variantie is 8%.

Tabel 27. Finale regressieanalyse met als afhankelijke variabele negatieve religieuze coping (NRC)

	Beta-coëfficiënt	Significantie
Crisisgebed	0.114	0.182
MRS	0.213	0.101
RWBS	-0.421	0.001

Uit deze finale regressieanalyse komt naar voren dat de beste voorspeller voor het gebruik van negatieve vormen van religieuze coping de afwezigheid van religieus welbevinden is.

Overzien we al deze 6 regressiemodellen daarbij kijkend naar de verklaarde variantie, dan blijkt dat de samenwerkende religieuze copingstijl en de positieve religieuze copingstijl het beste aansluiten bij de algemene religiositeit en het gedrag van deze islamitische respondenten.

3.3.3.5. Beantwoording van de tweede onderzoeksvraag

De tweede onderzoeksvraag: *“Op welke wijze gebruiken deze hoogopgeleide Nederlandse moslima’s van Marokkaanse afkomst hun religiositeit en het bidden in het bijzonder bij het omgaan met problemen?”* kan als volgt vanuit de analyse van de kwantitatieve data beantwoord worden. Uit de antwoorden van onze respondenten op de schalen voor het meten van religieuze coping, komt naar voren dat een ruime meerderheid van deze vrouwen God bij hun problemen betreft. Daarbij geven zij aan dat zij bij problemen God om hulp vragen en op Zijn steun vertrouwen.

Veel van de hoogopgeleide vrouwen van Marokkaanse afkomst scoren zowel hoog op de samenwerkende religieuze copingstijlschaal van Pargament et al. (1988), op de receptiviteitschaal van Van Uden, Pieper & Alma (2004), als op de positieve religieuze copingschaal. De afwachtende religieuze stijl komt minder vaak voor en er zijn maar een paar vrouwen met een zelfsturende religieuze copingstijl. Ook negatieve religieuze coping komt amper voor. Dit betekent dat de 177 respondenten uit ons onderzoek zich overwegend actief tegenover hun problemen

opstellen, maar dat zij daarbij vrijwel altijd de hulp van God inschakelen en er op vertrouwen dat God alles ten goede zal keren.

Op basis van de vergelijking tussen de onderlinge correlaties tussen de verschillende copingschalen is op te maken dat de samenwerkende religieuze copingstijl vaak samengaat met positieve religieuze coping en met receptieve coping. Bij de afwachtende religieuze copingstijl zijn de correlaties met de andere schalen minder sterk dan bij de samenwerkende religieuze copingstijl. Toch scoren ook zij relatief hoog op samenwerkende en positieve religieuze coping. De zelfsturende religieuze copingstijl contrasteert met de andere copingstijlen en de negatieve religieuze copingstijl staat los van de andere copingstijlen.

Als we kijken naar de verbanden met de algemene religiositeit en het bidgedrag dan blijkt het volgende. De moslima's met een samenwerkende religieuze copingstijl scoren vaak ook hoog op de schalen voor het meten van religiositeit (DRI), volwassen geloof (MRS) en het religieuze welbevinden (RWBS). Zij zijn dus sterk op een intrinsieke wijze bij God en de islam betrokken, hetgeen ook blijkt uit het bidgedrag van deze vrouwen. Zij bidden veel, zoals naar voren komt bij de correlaties tussen de samenwerkende religieuze copingstijl en de bidfrequenties van de smeekbedes, de *salaat* en in mindere mate andere gebeden. Zij bidden het religieus gebed, het crisisgebed en in mindere mate het onvoorwaardelijk bidden en het reflectief gebed. Uit de finale regressieanalyse komen het religieus gebed en volwassen geloof als de beste voorspellers van een samenwerkende religieuze copingstijl naar voren.

De moslima's met een afwachtende religieuze copingstijl volgen voor een groot deel het patroon van de samenwerkende copingstijl. Echter uit de finale regressieanalyse blijkt dat naast het volwassen geloof onvoorwaardelijk bidden de beste voorspeller is van een afwachtende religieuze copingstijl. Hieruit blijkt mogelijk dat er hierbij sprake is van een meer orthodoxe en ritualistische opstelling.

De moslima's met een zelfsturende religieuze copingstijl wijken af van de andere moslima's. Bij de zelfsturende religieuze copingstijl zijn er geen positieve maar negatieve correlaties met alle andere variabelen. Deze negatieve significante correlaties bevestigen de verwachting dat een deel van deze zelfsturende religieuze "copers" niet geneigd is om God bij hun problemen te betrekken. Dit komt overeen met de strekking van deze schaal: degenen met een zelfsturende religieuze copingstijl lossen hun problemen zoveel mogelijk zelf op, zonder een beroep te doen op God. De beste negatieve voorspellers van een zelfsturende religieuze copingstijl zijn: het bidden van het religieus gebed en het bidden van smeekbedes. Het zelf oplossen van problemen gaat dus bij deze islamitische respondenten niet samen met het hulp vragen aan God.

Ook de moslima's met de receptieve coping zijn in hoge mate religieus georiënteerd, zoals blijkt uit de hoge correlaties met de schaal voor religieus welzijn en het bidden van het religieuze gebed. Deze bleken ook de beste voorspellers voor receptieve coping te zijn. Hieruit concludeerden wij dat voor deze moslima's receptieve coping niet een meer seculiere variant van coping is, maar dat het vertrouwen op een goede afloop ingebed is een sterke affectieve band met God.

Ook de correlaties van positieve religieuze coping lijken sterk op die van de samenwerkende religieuze coping. Op grond van de regressieanalyses blijkt het accent net iets anders te liggen. De overeenkomstige voorspeller is het religieus gebed. De bijzondere voorspellers van positieve religieuze coping zijn het bidden van de *salaat* en het juist niet reflectief bidden. Rituele gebedsactiviteit heeft hier het overwicht.

De correlaties met negatieve religieuze coping blijken juist grotendeels afwezig. Op grond van de finale regressieanalyse blijkt dat slechts religieus welbevinden een voorspeller is van negatieve religieuze coping en wel een negatieve. Het zich prettig voelen bij God gaat niet samen met negatieve religieuze coping.

Tot slot kunnen wij stellen dat uit het kwantitatieve onderzoek naar voren komt dat de respondenten uit deze studie sterk gericht zijn op God en de islam, dat zij veel en op een aan de islamitische traditie gebonden wijze bidden en dat hun relatie met God bijdraagt aan hun gevoel van welzijn. Zij benutten hun religiositeit en het bidden tot God om hun problemen beter te kunnen hanteren, dit geeft hen steun, kracht en vertrouwen.

In het volgende hoofdstuk behandelen wij de resultaten uit het kwalitatieve onderzoek en wordt verhelderd op welke wijze dertien geïnterviewde respondenten uit de groep van 177 over hun religiositeit en religieuze coping spreken.

Hoofdstuk 4. Resultaten van het kwalitatieve onderzoek

4.1. Inleiding

In dit hoofdstuk worden de resultaten van het kwalitatieve onderzoek van deze studie gepresenteerd. Deze resultaten zijn gebaseerd op de analyse van dertien diepte-interviews met hoogopgeleide moslima's afkomstig uit de groep van 177 respondenten die deel hebben genomen aan het kwantitatieve onderzoek. De kwalitatieve onderzoeksresultaten geven een beeld van de wijze waarop deze dertien hoogopgeleide moslima's van Marokkaanse afkomst hun religie praktiseren en aanwenden bij problemen. Met behulp van citaten van deze respondenten wordt inzichtelijk gemaakt, hoe zij spreken over hun religiositeit, wijze van bidden, problemen en coping. Ook worden hun niet-religieuze copingstrategieën behandeld, zodat duidelijker wordt wat precies de betekenis is van hun religie in relatie tot andere manieren van probleemhantering.

In dit hoofdstuk wordt eerst in paragraaf 4.2. verantwoord op welke wijze het kwalitatieve onderzoek is uitgevoerd. In paragraaf 4.3. wordt de eerste onderzoeksvraag behandeld. Er wordt antwoord gegeven op de vraag: *“Welke kenmerken heeft de religiositeit en met name het bidden van hoogopgeleide moslima's van Marokkaanse afkomst?”* In paragraaf 4.4. staat de tweede onderzoeksvraag centraal: *“Op welke wijze gebruiken zij hun religiositeit en het bidden in het bijzonder bij het omgaan met problemen?”* Deze onderzoeksvragen worden beantwoord aan de hand van twee categorieënschema's die bij de analyse van de kwalitatieve onderzoeksgegevens zijn ontwikkeld. Op welke wijze deze schema's tot stand zijn gekomen, wordt toegelicht in paragraaf 4.2.3. Dit hoofdstuk wordt in paragraaf 4.5. afgerond met een discussie naar aanleiding van de onderzoekresultaten.

4.2. Uitvoering van het kwalitatieve onderzoek

In deze paragraaf wordt de constructie van het bij het interviewen gebruikte vragenschema uiteengezet. Vervolgens wordt verantwoord op welke wijze de kwalitatieve dataverzameling en de data-analyse heeft plaatsgevonden.

4.2.1. Constructie van het vragenschema voor de diepte-interviews

Het vragenschema voor het afnemen van interviews dat gebruikt is bij het kwalitatieve deel van deze studie, is gebaseerd op de theorieën over stress, coping,

religiositeit, bidden en religieuze coping die in hoofdstuk 2 zijn behandeld. Een eerste versie van dit vragenschema is getest door twee proefinterviews af te nemen met twee hoogopgeleide islamitische vrouwen van Marokkaanse afkomst uit het netwerk van de onderzoekers. Daarbij is het niet nodig geweest om het vragenschema bij te stellen. De onderzoeksgegevens uit deze twee proefinterviews maken geen deel uit van de kwalitatieve data-analyse, omdat deze geïnterviewde vrouwen niet behoren tot de groep van 177 moslima's die centraal staan in het kwantitatieve onderzoek. Maar het vertoog van deze twee islamitische vrouwen uit de proefinterviews wijkt niet af van dat van de dertien geïnterviewde respondenten die deel hebben genomen aan het kwalitatieve deel van deze studie.

Het vragenschema voor de interviews is onderverdeeld in: sociale kenmerken, waaronder de migratiegeschiedenis van de familie, de kenmerken van identiteit, waaronder doelen, zelfbeeld en belangrijke anderen; de kenmerken van religiositeit, waaronder doelen, socialisatie en godsbeeld; de kenmerken van het bidgedrag; de kenmerken van de probleemvelden en de kenmerken van religieuze en niet-religieuze coping en het effect hiervan. Het gaat dus om de volgende thema's en soorten vragen:

Sociale kenmerken en migratiegeschiedenis

De topiclijst begint met vragen die de sociale kenmerken van de respondenten, zoals leeftijd, geslacht, burgerlijke staat, opleiding, woonplaats, gezinssamenstelling en de beroepservaring inventariseren. Vervolgens is er aandacht voor de migratiegeschiedenis van de familie van de respondenten en de talen die in het gezin worden gesproken. Deze onderwerpen zijn relevant om de invloed van het migratiegeschiedenis van de families van de respondenten op het copingproces te kunnen bepalen.

Kenmerken van identiteit: doelen, zelfbeeld en belangrijke anderen

Vervolgens zijn er vragen geformuleerd die gericht zijn op de persoonskenmerken van de respondenten en hun identiteit. Lazarus (2006) is van mening dat stress kan optreden als er in de interacties met belangrijke anderen persoonlijke belangen in het geding zijn. Deze belangen zijn gerelateerd aan de waarden, normen, idealen, levensdoelen en de personen waaraan iemand waarde toekent. Deze belangen spelen volgens Lazarus (2006) een rol bij de emoties die in een bepaalde situatie bij een persoon op de voorgrond treden. Zij hebben invloed op de primaire en secundaire inschattingen (*appraisals*) die iemand maakt. Daarom hebben wij voor het kwalitatieve onderzoek vragen geformuleerd over: (1.) de doelen waarnaar de respondenten streven; (2.) de hiërarchie in deze doelen; (3.) de eigenschappen die zij kenmerkend voor zichzelf (het zelfbeeld) vinden en die zij willen nastreven (het ideaalbeeld) en (4.) de personen die belangrijk voor hen zijn.

De antwoorden op deze vragen kunnen verhelderen welke situaties en gebeurtenissen als spanningsvol worden ingeschat (Lazarus 2006), omdat levensdoelen, het zelfbeeld en het ideaalbeeld en belangrijke anderen een indicatie kunnen geven van de persoonlijke belangen die in een situatie op het spel staan. Dit maakt duidelijk waarom een situatie als stressvol of problematisch wordt ervaren. Daarnaast geven de antwoorden op dergelijke vragen inzicht in de hulpbronnen (Lazarus & Folkman 1984) waarover de respondenten beschikken om hun stress en problemen het hoofd te bieden.

Er zijn ten aanzien van de doelen die iemand nastrevenswaardig vindt, vragen geformuleerd zoals: "Wat zijn voor jou belangrijke doelen in je leven en wat motiveert jou het meeste?" Deze vragen geven inzicht in het ideaalbeeld van de respondenten. Het zelfbeeld van de respondenten is als volgt verkend. Eerst is er gevraagd naar de kenmerkende en eventuele positieve eigenschappen van de respondenten met behulp van vragen zoals: "Wat vind je kenmerkend voor jezelf (welke eigenschappen)? Waar ben je goed in volgens jezelf en volgens anderen? Op wie vind je dat je het meeste lijkt, op je vader of op je moeder?" Deze laatste vragen geven ook inzicht in de identificatie van de respondenten met hun vader en moeder.

Vanuit de theorie over religieuze copingstijlen van Pargament (1997) is er vervolgens gevraagd of de respondenten zichzelf ten opzichte van gebeurtenissen en belangrijke anderen afwachtend of eerder ondernemend opstellen. Een voorbeeldvraag hierover is: "Ben jij iemand die actief problemen oplost, of wacht je liever af?"

Daarna zijn er vragen opgenomen die een beeld geven van de sociaal-culturele identiteiten die belangrijk voor de respondenten zijn, bijvoorbeeld: "Wat betekenen jouw Nederlandse en Marokkaanse achtergrond voor jou?" Om de invloed van dierbaren op het leven van de respondenten te kunnen verhelderen, is er gevraagd naar welke personen belangrijk zijn en wat deze personen betekenen.

Kenmerken van religiositeit: doelen, socialisatie en Godsbeeld

Bij het onderwerp "religiositeit" zijn er vragen opgenomen over belangrijke religieuze doelen van de respondente, haar religieuze socialisatie, haar beeld van God en hoe zij denkt over God in relatie tot haar eigen invloed op wat er in haar leven gebeurt. De vragen over het Godsbeeld van de respondente zijn volgens Pargament (1997) relevant omdat gelovigen die een beeld geïnternaliseerd hebben van een liefdevolle God, vaak ook positief in het leven staan. Een positief Godsbeeld is gunstig voor hun welzijn (Pargament et al. 2000). Dit in tegenstelling tot diegenen die bij God negatieve gedachten en gevoelens ervaren, door bijvoorbeeld hun angst voor straf van God vanwege hun zonden of het niet goed naleven van religieuze plichten.

Het gaat daarbij om de volgende vragen: “Hoe ervaar jij God? Wat betekent het contact met God voor jou? Welke invloed heeft God op jouw leven en de problemen waarmee jij wordt geconfronteerd? Geloof jij in het lot, in het leven na de dood? Welke invloed heeft dit op jouw leven? Wat betekenen zonden voor jou? Welke betekenis geef jij aan de invloed van de duivel en de geesten? Hoe ervaar jij de “slechte” dingen die jou overkomen? Hoe ervaar jij de macht van God?”

Kenmerken van bidden: gedachten, gevoelens, gedrag en effecten rondom bidden

Bij het onderdeel “bidden” zijn er in navolging van de theorievorming over bidden van Janssen, Van Uden & Bänziger (2007) vragen opgenomen over wat de respondenten onder bidden verstaat; wat bidden voor haar persoonlijk betekent; hoe zij precies bidt; welke gebeden zij gebruikt; waar en wanneer zij bidt; wat kenmerkende gedachten en gevoelens zijn vooraf, tijdens en na het bidden en welke effect bidden op haar heeft. De antwoorden op deze vragen kunnen verhelderen wat de aanleiding voor bidden is; op welke wijze het bidden wordt vormgegeven; welke gedachten, gevoelens en handelingen daarbij een rol spelen en welke invloed bidden volgens de respondenten heeft op hun welzijn.

Kenmerken van problemen

Om het copingproces van onze respondenten zo goed mogelijk in beeld te kunnen brengen, is er in navolging van Lazarus (2006) gevraagd naar de context waarbinnen spanningen zijn ontstaan of problemen zijn opgetreden. Ten einde een beeld van stressoren te krijgen, zijn er vragen geformuleerd zoals: “Heb je weleens een verdrietige of pijnlijke periode in je leven gehad? Of heb je onlangs een moeilijk probleem moeten oplossen, of was er sprake van een nare gebeurtenis?” Indien de respondent zelf geen situaties noemt, zijn de volgende voorbeelden voorgelegd:

- a. conflicten met familieleden zoals: partnerkeuze, ruzie in de familie
- b. problemen met het overlijden van dierbaren, ziekte of teleurstelling
- c. problemen op school of op het werk of bij de beroepsuitoefening
- d. problemen met discriminatie van moslims in de maatschappij

De antwoorden op deze vragen geven een beeld van de specifieke situaties en omstandigheden die de respondenten als spanningsvol ervaren.

Kenmerken van religieuze en niet-religieuze coping: de context en de copingstrategieën

De verschillende manieren waarop de respondenten hun spanningen hebben gehanteerd, zijn verkend door vragen in de topiclijst op te nemen, die inventariseren hoe het copingproces precies is verlopen. Welke adviezen hebben de respondenten bijvoorbeeld van anderen gekregen en wat hebben zij vervolgens zelf ondernomen om hun stress en problemen te hanteren? Daarbij is er ook gericht gevraagd naar

copingstrategieën die geen betrekking hebben op het religieuze domein. Op deze wijze kan inzicht ontstaan in het relatieve belang van religieuze strategieën ten opzichte van andere manieren van coping. Voorbeeldvragen zijn: “Hoe ben je met deze situatie of problemen omgegaan? Wat dacht en voelde je toen? Wie of wat hebben je daarbij geholpen? Welke steun en of raad heb je daarbij gekregen van je vader en je moeder? Welke andere personen hebben je bijgestaan? Welke steun en raad kreeg je van deze personen? Op welke manier heb je dit probleem opgelost? Hoe heb je de bijkomende emoties gehanteerd?”

Bij het in kaart brengen van de gebruikte religieuze copingstrategieën is er gebruik gemaakt van het onderzoek van Van Uden et al. (2009). Er zijn in de topiclijst vragen opgenomen over zowel religieuze opvattingen, als religieuze gevoelens en handelingen, waaronder religieuze praktijken zoals bidden. Voorbeelden van dergelijke vragen zijn: “In hoeverre heb je God om steun of advies gevraagd? Welke rol speelde bidden en het contact met God daarbij? Welke invloed had God volgens jou op dit gebeuren? Wat was volgens jou de rol van de duivel? Hoe denk je over het lot en je lotsbestemming? Hoe voelde jij je vooraf, tijdens en na het bidden? Hoe kijk je terug op deze situatie? Welke betekenis geef je er nu aan?”

Het interview is afgerond met een terugblik en de vraag of de respondente nog iets wil toevoegen. Het vragenschema voor de interviews is opgenomen in bijlage 2 (bladzijde 398).

4.2.2. Dataverzameling

De dataverzameling van deze studie heeft als volgt plaatsgevonden. Na het verzamelen van de kwantitatieve data door middel van de vragenlijst, zijn er in de tweede helft van 2009 in totaal dertien respondenten geïnterviewd met behulp van het hierboven beschreven vragenschema. Deze interviews zijn verricht door de auteur van deze studie en een onderzoeksassistent. Eén onderzoeker heeft vijf interviews afgenomen en een andere onderzoeker acht. De wijze waarop deze dertien respondenten zijn geselecteerd uit de groep van 177 respondenten is als volgt gebeurd.

Na de kwantitatieve dataverzameling hebben wij respondenten benaderd voor het kwalitatieve deel van ons onderzoek. Bij het benaderen van de 46 vrouwen (26% van de groep van 177) die zich hadden opgegeven voor de interviews, is er helaas sprake geweest van veel non-respons. Deze vrouwen hebben hun telefoonnummer of e-mailadres op de vragenlijst vermeld, maar toen wij deze vrouwen na ongeveer een half jaar voor het vervolgonderzoek hebben benaderd, hebben slecht 13 respondenten toegestemd om geïnterviewd te worden. De andere vrouwen hebben niet meer op mails of telefoon gereageerd, of hebben afgezien van een

interview vanwege hun drukke werkzaamheden. Deze non-respons kan ook in verband staan met het niet meer kloppen van telefoonnummers of mailadressen. Het is echter ook mogelijk dat de vrouwen niet hebben gereageerd, vanwege andere bezwaren. De redenen die zij hiervoor kunnen hebben gehad, zijn niet duidelijk. Er kan sprake zijn geweest van een terughoudendheid om bevraagd te worden over persoonlijke religieuze ervaringen.

In hoeverre vormen deze dertien geïnterviewde vrouwen een redelijke vertegenwoordiging van de gehele groep van 177 respondenten? Op basis van de resultaten van t-tests verschillen de 164 vrouwen die niet zijn geïnterviewd met betrekking tot de gebruikte onderzoeksinstrumenten nauwelijks ten opzichte van de 13 vrouwen die wel zijn geïnterviewd. Er komen slechts bij twee onderzoeksinstrumenten verschillen naar voren. De dertien geïnterviewden scoren in vergelijking met de 164 niet-geïnterviewde respondenten hoger op de receptiviteitschaal, namelijk: 31.5 versus 28.6 ($t = -2.222$, $df = 165$, $p = 0.028^*$) en lager op de negatieve religieuze copingschaal (de NRC), namelijk: 6.3 versus 8 ($t = 2.190$, $df = 173$, $p = 0.03^*$).

De groep geïnterviewde respondenten is in vergelijking met de groep van niet-geïnterviewde respondenten dus iets receptiever ingesteld en zij maken iets minder gebruik van negatieve religieuze coping. Maar gezien deze vergelijking is het acceptabel om de groep van 13 geïnterviewden als redelijk representatief te beschouwen voor de groep van respondenten die de vragenlijst hebben ingevuld, maar die niet zijn geïnterviewd.

Om sociaal wenselijke antwoorden te beperken en de privacy te waarborgen, zijn de respondenten geïnterviewd zonder de aanwezigheid van andere personen. De respondenten hebben zelf gekozen voor de locatie voor het interview. Zij hebben daarbij de voorkeur gegeven aan locaties buitenshuis, zoals een café, kantine, of beschikbare ruimtes op hun opleiding of werk. De interviews zijn met toestemming van de respondent met een voicerecorder opgenomen. De duur van het interview is bepaald door de tijd die de respondente ter beschikking heeft gesteld en de tijd die zij nodig heeft gehad om over haar situatie te vertellen. De duur van een interview is minimaal anderhalf uur en maximaal drie uur geweest.

Hoewel er tijdens het interviewen zoveel mogelijk is aangesloten bij hetgeen de respondente zelf naar voren bracht, zijn alle interviews gestart met een korte introductie en zijn er vervolgens vragen gesteld over de sociale kenmerken, de migratiegeschiedenis, de taalachtergronden, de levensdoelen en belangrijke personen. Door deze opbouw spraken de respondenten eerst over hun doelen, positieve eigenschappen en belangrijke relaties en daarna pas over hun religiositeit, hun bidedrag, hun specifieke problemen en wijze van coping.

Het interview is steeds afgesloten met een korte terugblik. Alle interviews zijn letterlijk uitgetypt en vervolgens zijn deze verslagen geanalyseerd met behulp van het voor de analyse van kwalitatief onderzoek ontwikkelde computerprogramma MAXQDA2. Dit programma biedt de mogelijkheid om in verschillende vensters tegelijk te werken. Zo is in één oogopslag zichtbaar wat het codeerschema is en welke codering een interviewverslag krijgt. Codenamen kunnen gemakkelijk anders geordend worden en in het codeerschema veranderd worden. Daarnaast biedt het programma de mogelijkheid om verschillende interviewfragmenten onderling per hoofdcategorie en subcategorieën met elkaar te vergelijken.

Alle dertien gecodeerde interviewverslagen zijn op te vragen bij de auteur van deze studie.

4.2.3. Data-analyse

Bij de data-analyse van de dertien letterlijk uitgetypte interviewverslagen heeft een onderzoeksteam bestaande uit zes onderzoekers onafhankelijk van elkaar het onderzoeksmateriaal geanalyseerd, geordend en gestructureerd, waarna zij de codering onderling hebben besproken en hebben bijgesteld. Aan dit onderzoeksteam hebben de auteur van deze studie, twee onderzoeksassistenten en drie begeleiders deelgenomen.

Bij het ordenen en structureren van de kwalitatieve onderzoeksgegevens zijn wij als volgt te werk gegaan (Bryman 2004; 2012). Om de interviewverslagen geschikt te maken voor codering zijn eerst per interviewverslag alle alinea's voorzien van een nummer in de kantlijn. Door deze nummering van alinea's per interviewverslag kunnen alle tekstfragmenten op nummer in de interviewverslagen teruggevonden worden.

De eerste stap in het coderen van de interviews heeft bestaan uit het onafhankelijk van elkaar coderen van het eerste interview door de onderzoeker en twee onderzoeksassistenten met behulp van het kwalitatieve analyseprogramma MAXQDA2. Daarbij zijn alle tekstfragmenten uit het eerste interviewverslag voorzien van een voorlopige naam. Deze naam of label verwijst op kernachtige wijze naar de inhoud van een specifieke tekstfragment.

Deze eerste voorlopige naamgeving aan tekstfragmenten is gebaseerd op de concepten uit het vragenschema voor de interviews (zie paragraaf 4.2.1), waarbij begrippen vanuit de theorie en het onderzoek over coping, religiositeit, bidden en religieuze coping centraal hebben gestaan. Zo zijn bij het geven van een naam aan tekstfragmenten die over bidden gaan, begrippen uit het onderzoek van Bänziger, Janssen & Van Uden (2005) richtinggevend geweest en is het categorieënschema uit

het onderzoek van Van Uden et al. (2009) gebruikt bij het benoemen van religieuze en niet-religieuze copingstrategieën.

Bij de tweede stap in het coderingsproces is er binnen het onderzoeksteam onderling uitgebreid besproken welke namen de inhoud van een fragment gezien de onderzoeksvragen het beste weergeven. Daarbij is er gestreefd naar consensus. Op deze wijze zijn er op basis van de voorlopige namen meer definitieve codenamen (labels) vastgesteld die vervolgens zijn geordend in hoofd- en subcategorieën. Zo is er een eerste schematische versie van een categorieënschema ontstaan. Aan de hand van dit schema is het eerste interview vervolgens opnieuw gecodeerd.

Bij de derde stap van codering is dit eerste interview aan de drie begeleiders van het onderzoek voorgelegd. De feedback van deze onderzoekers heeft geresulteerd in een verbetering van het eerste categorieënschema. Vervolgens is het eerste interview met behulp van deze tweede versie van het categorieënschema opnieuw gecodeerd.

Bij de vierde stap in het coderingsproces zijn alle andere interviews vervolgens gecodeerd met hetzelfde categorieënschema. Daarbij zijn vaak betere formuleringen van codenamen vastgesteld. Deze nieuwe codenamen zijn vervolgens na bespreking in het onderzoeksteam opgenomen in het categorieënschema. De verschillende versies van het codeerschema zijn dus steeds bijgesteld in samenspraak met zes onderzoekers. Dit team heeft de codes voor sommige interviewfragmenten geherformuleerd, fijnmaziger gecodeerd, of codes op een andere wijze gerubriceerd. Op deze wijze is er tot slot een achtste versie van het codeerschema vastgesteld.

Bij de vijfde stap in codering zijn alle dertien interviews opnieuw met deze laatste achtste versie van het categorieënschema gecodeerd. Dit schema wordt in twee delen in de volgende paragrafen (4.3. en 4.4.) gepresenteerd.

Ons definitieve categorieënschema B. voor religieuze en niet-religieuze coping wijkt af van het in hoofdstuk 2 gepresenteerde categorieënschema van Van Uden et al. (2009), dat onder andere gebaseerd is op Pargament et al. (2000). Om overlap tussen verschillende categorieën te verminderen, hebben wij gekozen voor een andere indeling in hoofdcategorieën. Wij hebben een indeling gemaakt in opvattingen, gevoelens, praktijken, contacten met anderen en effecten. Ook hebben wij de categorie “controle door de relatie met God” niet gebruikt. In ons schema is deze relatie met God vooral terug te vinden in de categorie “coping door religieuze gevoelens”.

Na deze schematische codering van alle interviewverslagen zijn vervolgens per code de interviewfragmenten uit alle dertien interviewverslagen onderling met elkaar vergeleken. Daarbij hebben wij gebruik gemaakt van de mogelijkheden die hiervoor geboden worden bij het kwalitatieve computerprogramma MAXQDA2. Zo

is per code duidelijk geworden waarin de dertien respondenten onderling van elkaar verschillen. De resultaten van deze laatste analyse worden in de komende paragrafen per onderzoeksvraag aan de hand van de definitieve codering toegelicht. De eerste onderzoeksvraag wordt beantwoord aan de hand van categorieënschema A. en de tweede onderzoeksvraag door middel van de uitwerking van categorieënschema B.

4.3. De eerste onderzoeksvraag beantwoord op basis van het categorieënschema A.

De eerste onderzoeksvraag: *“wat kenmerkt de religiositeit en met name het bidden van de hoogopgeleide moslima’s van Marokkaanse afkomst”*, beantwoorden wij in de volgende paragrafen met behulp van het categorieënschema A. Dit schema geeft allereerst een overzicht van de sociale kenmerken van de dertien respondenten, zoals leeftijd, burgerlijke status, woonplaats, opleiding, werksituatie en migratiegeschiedenis. Vervolgens zijn de identiteitskenmerken weergegeven, op basis van hun wereldse doelen, hun zelfbeeld en hun relatie tot belangrijke anderen. Tot slot zijn de kenmerken van religiositeit van de dertien respondenten onderverdeeld in religieuze socialisatie, religieuze identiteit, religieuze opvattingen, religieuze gevoelens, religieuze praktijken, het contact met geloofsgenoten en tenslotte de effecten van religiositeit. Alle categorieën en subcategorieën uit onderstaand schema A. worden in de volgende paragrafen nader toegelicht. Daarbij worden citaten van de respondenten ter illustratie toegevoegd. Op deze wijze wordt verhelderd hoe de respondenten precies over hun geloof, bidden en coping spreken.

De interviews van de dertien respondenten zijn in eerste instantie geanalyseerd op basis van een nummer. Dit nummer verwijst naar de volgorde van de vragenlijsten die zijn ingevuld. Voor de leesbaarheid hebben wij echter na de analyse alle respondenten een gefingeerde naam gegeven. In de tabellen en in de bijlagen zijn naast deze gefingeerde namen ook de respondentnummers terug te vinden. Wij geven hieronder de respondentnamen met hun corresponderende nummers weer. In de volgende paragrafen komen de volgende respondenten aan het woord: Farida (3), Khadija (5), Tamrah (24), Chaima (28), Ikram (48), Layla (58), Ouafa (99), Yousra (102), Houda (103), Najoua (132), Assia (147), Souad (153) en Maryam (177). In bijlage 3 (bladzijde 401) zijn de biografische kenmerken van alle dertien geïnterviewde respondenten toegelicht.

Het eerste categorieënschema A. wordt hieronder gepresenteerd. Alle categorieën worden in de volgende paragrafen nader toegelicht.

Categorieënschema A. Sociale en identiteitskenmerken en kenmerken van religiositeit

Sociale en identiteitskenmerken	Kenmerken van religiositeit
<p>1. <i>Sociale kenmerken</i></p> <p>1.1. Leeftijd</p> <p>1.2. Burgerlijke status/gezinssituatie</p> <p>1.3. Woonplaats</p> <p>1.4. Opleiding/ werk</p> <p>1.5. Migratiegeschiedenis</p> <p>2. <i>Identiteitskenmerken</i></p> <p>2.1. <i>Wereldse doelen</i></p> <p>2.1.1. Studie/beroepscarrière</p> <p>2.1.2. Huwelijk/gezin</p> <p>2.1.3. Zelfstandig wonen/reizen</p> <p>2.2. <i>Zelfbeeld</i></p> <p>2.2.1. Eigen persoonsbeschrijving</p> <p>2.2.2. Gelijkenissen met de ouders</p> <p>2.2.3. Etnisch-culturele identiteiten</p> <p>2.2.4. Beroepsidentiteit</p> <p>2.3. <i>Zelf in relatie tot belangrijke anderen</i></p> <p>2.3.1. Familieleden/echtgenoot</p> <p>2.3.2. Vriendinnen/vrienden/vriend</p>	<p>3.1. <i>Religieuze socialisatie</i></p> <p>3.2. <i>Religieuze identiteit</i></p> <p>3.2.1. Religieuze doelen: een goede moslim worden</p> <p>3.2.2. Zelfbeeld als moslima</p> <p>3.2.3. Religieuze rolmodellen</p> <p>3.3. <i>Religieuze opvattingen</i></p> <p>3.3.1. Opvattingen over God</p> <p>3.3.2. Opvattingen over duivel/djinn</p> <p>3.3.3. Opvattingen over het hiernamaals</p> <p>3.3.4. Opvattingen over Gods wil en de eigen verantwoordelijkheid</p> <p>3.3.5. Opvattingen over religieuze bronnen en voorschriften</p> <p>3.4. <i>Religieuze gevoelens</i></p> <p>3.4.1. Gevoelens van liefde/ dankbaarheid naar God</p> <p>3.4.2. Nabijheid/betrokkenheid/bescherming van God voelen</p> <p>3.4.3. Berouw/ schaamte/ schuld voelen naar God</p> <p>3.4.4. Gevoel geplaagd te worden door de duivel/djinn</p> <p>3.4.5. Onzekerheid/angst over kans op de hel</p> <p>3.5. <i>Religieuze praktijken</i></p> <p>3.5.1. <i>Hadj, zakat, Ramadan, goede daden, moskeebezoek</i></p> <p>3.5.2. Bidden</p> <p>3.5.2.1. <i>Salaat</i></p> <p>3.5.2.2. Smeekbedes</p> <p>3.5.2.3. Lofgebeden</p> <p>3.5.2.4. Vrij spreken tegen God</p> <p>3.5.2.5. Beschermingsformules</p> <p>3.5.3. Verrichten/beluisteren koranrecitaties</p> <p>3.5.4. Raadplegen religieuze bronnen</p> <p>3.5.5. Deelnemen aan religieuze activiteiten</p> <p>3.6. <i>Contact met geloofsgenoten</i></p> <p>3.6.1. Uitwisselen van religieuze opvattingen met geloofsgenoten</p> <p>3.6.2. Verbonden voelen met geloofsgenoten</p> <p>3.6.3. Twijfel/ ontevredenheid/ distantie ten opzichte van geloofsgenoten</p> <p>3.7. <i>Effecten van religiositeit</i></p> <p>3.7.1. Stressreductie</p> <p>3.7.2. Stresstoename</p>

4.3.1. Sociale kenmerken: het belang van de migratiegeschiedenis

Vrijwel alle dertien geïnterviewde respondenten wonen in een grote of kleine stad. Alleen Assia is woonachtig in een dorp in het oosten van het land. De meeste vrouwen komen uit een gezin met zes tot zeven kinderen. Hun leeftijd varieert van 19 tot en met 26 jaar. Elf vrouwen zijn ongehuwd. Deze ongehuwde moslima's wonen nog bij hun ouders op Layla na, zij deelt een flat met haar zus. Chaima is na haar echtscheiding weer bij haar ouders ingetrokken. Najoua woont samen met haar man en dochtertje in een eigen woning.

Bijna alle geïnterviewde respondenten hebben een onderwijsroute gevolgd via het middelbare beroepsonderwijs of de havo naar het hoger beroepsonderwijs. Houda, Yousra en Assia volgen tijdens het interview een universitaire opleiding. Van hen is alleen Assia direct vanaf het vwo naar de universiteit doorgestroomd. Najoua heeft na het gymnasium een beroepsopleiding afgerond.

De meeste geïnterviewde respondenten hebben werkervaring. Zij hebben naast hun studie bijbaantjes in bijvoorbeeld de dienstensector of zij oefenen het beroep uit waarvoor zij gestudeerd hebben. Zeven respondenten hebben ervaring als hulpverleners en drie vrouwen zijn werkzaam als juridische dienstverleners. De geïnterviewde vrouwen zijn dus overwegend werkzaam in een sociaal beroep.

Alle geïnterviewde moslima's beseffen dat het voor hun ouders of grootouders niet gemakkelijk is geweest om naar Nederland te migreren. Het heeft hen veel energie gekost om dierbare familieleden in Marokko achter te laten en zich aan te passen aan een nieuw land. Deze familiegeschiedenis motiveert deze hoogopgeleide respondenten om hun kansen binnen de Nederlandse samenleving optimaal te benutten en een goede positie te verwerven. Dit zien zij als een vorm van eerbetoon aan hun ouders, zij willen hen trots maken, zoals Khadija aangeeft:

(50)¹⁹ ik wil iets van mijn leven maken, dat is ook iets wat ik van mijn ouders altijd heb meegekregen: 'maak wat van je leven, pak de kansen die je krijgt'. En dus ook een beetje als eerbetoon naar hun toe heb ik dat ik het zo ver mogelijk probeer te schoppen eigenlijk.

Alle respondenten zijn opgegroeid in Nederland. Farida en Layla zijn op heel jonge leeftijd naar Nederland gemigreerd, de anderen zijn er geboren. Het migratieproces van hun families is meestal in fasen verlopen. Eerst hebben hun grootvader of vader zich als arbeidsmigrant in Nederland gevestigd. In een latere fase zijn de andere gezinsleden gevolgd in het kader van gezinsherening. De families van de meeste respondenten zijn oorspronkelijk afkomstig uit arme plattelands-

¹⁹ Dit getal verwijst naar het interviewfragment waar deze uitspraak in het interview van deze respondente terug te vinden is.

regio's, zoals de Rif in Noord-Marokko. De familie van Assia is vanuit het platteland van Zuid Marokko gemigreerd en de gezinnen van Ouafa, Yousra en Najoua hebben een stedelijke achtergrond.

Door deze plattelandsachtergrond hebben veel ouders nauwelijks een opleiding kunnen volgen. Vooral de moeders van boerenafkomst hebben daardoor zelfs nooit leren lezen of schrijven. Dit staat in tegenstelling tot de moeders van Ouafa en Najoua die zijn opgegroeid in een grote stad in Marokko. De ouders van Ouafa hebben de hoogste opleiding van alle ouders. Zij zijn vanuit de hoofdstad Rabat naar Nederland gemigreerd om Arabische taal- en cultuurles te geven aan kinderen van arbeidsmigranten op de basisschool. De moeder van Yousra heeft een opleiding gevolgd in een stad in Algerije. Yousra's grootouders zijn vanaf het Riffijnse platteland naar Algerije gemigreerd vanwege de gunstigere economische mogelijkheden in Algerije. Dit geldt zowel voor haar familie van vaderskant als van moederskant. Beide families zijn echter in een periode van politieke spanningen tussen Marokko en Algerije weer naar de Rif teruggekeerd. Daarna zijn zij naar Nederland vertrokken bij gebrek aan economisch perspectief op het Noord-Marokkaanse platteland.

Zeven van de door ons geïnterviewde vrouwen komen uit gezinnen waarvan beide ouders eerste generatie migranten zijn. Zes vrouwen hebben een vader of een moeder die al tijdens de puberteit in het kader van gezinshereniging naar Nederland zijn gemigreerd. Maar deze ouders hebben destijds niet kunnen profiteren van het Nederlandse onderwijs, omdat zij pas op latere leeftijd naar Nederland zijn gekomen en omdat zij hebben bijgedragen aan het gezinsinkomen, vanwege de wens van het gezin om terug te keren. Souad vertelt hier het volgende over:

(76) Mijn opa die was echt een van de eerste gastarbeiders. Die heeft toen hier een paar jaar gewerkt en toen kwamen zijn vrouw en kinderen dus toen mijn oma en tantes en ooms. En mijn moeder is toen gelijk gaan werken in een naaiatelier. Die mocht niet naar school gaan eh, want het plan was om dan weer terug te gaan naar Marokko toen om te werken en om daarna een mooi groot huis te kunnen bouwen in Marokko.

Een gevolg van de migratiegeschiedenis van hun families is dat de dertien geïnterviewde respondenten meertalig zijn en dat de gezinsleden onderling in verschillende talen met elkaar communiceren. De families van de meeste respondenten zijn afkomstig van het platteland in Marokko waar men oorspronkelijk Tamazight (deze taal wordt ook wel Berbers genoemd) spreekt. Uit de interviews blijkt dat sommige families al in Marokko van taal zijn gewisseld, vanwege de migratie naar een stad in de regio, waar het Marokkaans-Arabisch gangbaar is. Het gevolg van deze taalwisselingen is dat de dertien respondenten de talen van hun

ouders en grootouders vaak niet goed beheersen. In tegenstelling tot hun ouders denken zij in het Nederlands, de taal waarin zij ook hun emoties het beste kunnen uiten, zoals Tamrah aangeeft:

(49) Dus het is echt een mengelmoes van Arabisch, Berbers, Nederlands. Alles door elkaar! (lacht). (51) Nee, mijn vader spreekt wel goed Nederlands, maar mijn moeder...moeilijk. (57) Bij mijn ouders wel (Berbers). Bij mijn broers en mijn zus is dat weer in het Nederlands. (61)...als je gaat kijken naar Berbers van onze generatie, zie je ook, we doen wel alsof we het spreken, maar...(63) Ja, we kennen het niet hoor. We hebben het nooit ..., ja, je leert het niet. Het is een praattaal.

Een andere belangrijke verandering die in verband staat met de migratie naar Nederland is dat volgens de respondenten hun positie als vrouw, zowel op maatschappelijk gebied als binnen het gezin zelf, verschilt met die van hun moeders. Volgens Maryam heeft haar moeder als Riffijnse plattelandsvrouw destijds geen ander alternatief gehad dan het huwelijk:

(225) die boodschap die mijn moeder meekreeg: (...) Nou dan kan je maar beter gaan trouwen; dan zit je veilig, als vrouw in Marokko. Ja...dan ben je gedekt. (226) Dat is toch een hele andere boodschap dan die ik heb meegekregen.

De meeste moeders van de dertien respondenten zijn op financieel en maatschappelijk gebied vaak geheel afhankelijk van hun echtgenoot of kinderen. Deze afhankelijke positie motiveert de moeder van Khadija om haar dochter aan te zetten om te studeren en financieel onafhankelijk te worden:

(60) zij (haar moeder) is eigenlijk het tegenovergestelde van wat ik ben. Zij heeft helemaal geen kansen gehad en ook geen kansen genomen omdat ze al vrij snel kinderen kreeg en ja toch wel op die manier een soort afhankelijkheidspositie heeft ten opzichte van mijn vader. En ja, dat laat ze vaak ook zien. Ook als we het er met elkaar over hebben, van "kijk hoe ik ben" en nou ja, "als ik boodschappen moet doen, moet ik je vader om geld gaan vragen".

De geschoolde moeders van de respondenten Ouafa en Yousra werken beiden buitenshuis en beschikken over een eigen inkomen.

4.3.2. Identiteitskenmerken: gericht op het welzijn van anderen

Wat is kenmerkend voor de niet-religieuze, dit wil zeggen de profane identiteit van de meeste van onze respondenten? De geïnterviewde jonge hoogopgeleide vrouwen van Marokkaanse afkomst benadrukken allemaal het sociale karakter van hun identiteit en hun verbondenheid met anderen. Welke doelen zij belangrijk vinden, hoe zij zichzelf beschrijven en welke personen een belangrijke rol in hun leven spelen, wordt in de volgende paragraaf toegelicht.

4.3.2.1. Wereldse doelen: gericht op carrière en gezin

De wereldse doelen waarnaar alle dertien respondenten streven, zijn: studeren, het vormgeven van een beroeps carrière en het stichten van een gezin. Hierin worden zij allemaal sterk gemotiveerd door hun ouders. De respondenten vinden dat zij het aan hun ouders verplicht zijn om hun kansen binnen de Nederlandse samenleving optimaal te benutten. Zij willen niet alleen voor zichzelf studeren, maar ook de dromen van hun ouders waar maken.

Vrijwel alle respondenten vinden het vanuit hun familietradities belangrijk om te trouwen en kinderen te krijgen. Het huwelijk is, zoals Souad aangeeft, voor haar ouders de enige acceptabele reden om hun ongehuwde dochter toestemming te geven het ouderlijk huis te verlaten:

(173) Ja ik hoop natuurlijk ook te trouwen. Ja, natuurlijk zoals elk meisje hoop ik ooit ook in een prachtige jurk rond te lopen en uiteindelijk met een persoon mijn leven te delen en daar hoop ik ook ooit kinderen te krijgen en eh, ja voor mij draait daar het leven uiteindelijk om. Dat is ook het voorbeeld dat ik heb gehad van alles en iedereen om mij heen. En hoe mijn familie en eh, ja iedereen is wel getrouwd en heeft kinderen. Dus eh, uiteindelijk hoop ik dat ook mee te maken. Dat lijken mij heel, heel mooie dingen. (178) ik zal eerst trouwen voor ik het huis uit ga. (276) Ik wil echt wel met een jaar zeker het huis uit zijn. En dat is ook echt wel mijn doel.

Alleen Maryam geeft geen prioriteit aan het huwelijk. Zij kan er vrede mee hebben als het moederschap niet voor haar is weggelegd. Maar haar moeder en schoonzus denken hier anders over en vinden dat zij na het behalen van haar diploma moet gaan trouwen. Maryam heeft echter andere ambities:

(121) Ik wil doorgaan en mijzelf blijven ontwikkelen. Ik zeg altijd voor de grap: 'mijn ambitie is om de eerste vrouwelijke minister-president te worden! (Lacht). Ja, dan kan je denk ik heel ver komen. Ja, mijn ambities liggen hoog, moet ik eerlijk zeggen. (...) Studeren is voor mij een prioriteit, dat is heel erg belangrijk, dat staat echt op de eerste plek. (363) je gaat steeds een trappetje omhoog. Je wordt steeds sterker. Stap voor stap.

Deze gerichtheid van vrijwel alle respondenten op gezinsvorming en het moederschap wordt volgens de respondenten ook vanuit de islam aanbevolen. Najoua heeft dit doel al bereikt, zij woont als enige van de dertien respondenten met haar echtgenoot en dochtertje in een eigen woning. Zij geeft op dit moment prioriteit aan haar gezinsgeluk, hoewel zij haar baan in de hulpverlening aan islamitische jongeren leuk vindt en zij er over denkt om in de toekomst weer te gaan studeren. Zij hecht veel waarde aan het "goed houden" van de relatie met haar echtgenoot en haar familie.

Zes vrouwen noemen nog andere levensdoelen. Vier van hen willen zich inzetten voor degenen die in de maatschappij achtergesteld zijn. Yousra en Maryam denken aan een politieke carrière, terwijl het de droom van Ikram en Souad is om in

een derdewereldland een weeshuis²⁰ op te zetten. Layla en Tamrah koesteren idealen die niet door hun ouders of vanuit de islam worden gestimuleerd. Zij willen als ongehuwde vrouw meer onafhankelijkheid door zelfstandig te gaan wonen, zoals respondente Tamrah:

(73) Dat is ook nog een doel want ik wil gewoon meer zelfstandigheid hebben. Een eigen woning, want ik bedoel, ik heb wel een eigen auto, een eigen baan etc., maar ja, zelfstandigheid van helemaal uit huis, is toch wel een doel voor mij.

Eén van hen, Layla, wil daarnaast als zij een eigen woning heeft verworven, meer van de wereld gaan zien door te reizen.

4.3.2.2. Het zelfbeeld: nadruk op een sociaal zelf

Kenmerkend voor de wijze waarop de dertien respondenten zichzelf beschrijven, is dat zij de nadruk leggen op hun sociale eigenschappen. Hoe zij zichzelf zien, in hoeverre zij deze eigenschappen herkennen bij hun eigen ouders, met welke achtergronden zij zich identificeren en wie voor hen belangrijke personen zijn, wordt in de volgend paragraaf toegelicht.

a. De eigen persoonsbeschrijving: sociale, hulpvaardige, mondige doorzetters

Wat vinden de dertien respondenten kenmerkende eigenschappen van zichzelf? Vrijwel alle vrouwen benadrukken in eerste instantie dat zij sociaal en hulpvaardig zijn ingesteld, zoals Yousra in het volgende fragment:

(123) ik (ben) denk ik gewoon toch ook heel erg een mensenmens. Dat hoor ik van heel veel mensen en dat denk ik zelf ook wel, dat ik toch heel vaak wel een luisterend oor ben voor heel veel mensen (...) altijd bezig met hoe kan ik anderen helpen? Ik voel me altijd al heel snel schuldig, als ik zeg: ik heb eigenlijk nu even geen tijd. Dat zal ik ook niet zo snel zeggen dus, zeg maar "nee" zeggen tegen mensen, dat is best wel moeilijk. Ja gewoon sociaal.

Naast hun sociale kant en behulpzaamheid, noemen zeven respondenten hun open houding naar anderen. Zo vinden zeven respondenten het kenmerkend van zichzelf dat zij niet snel over anderen oordelen. Bij conflicten luisteren zij zo veel mogelijk naar ieders standpunt. Deze open houding verschilt met die van veel van hun familieleden. Er wordt vaak te snel een oordeel over anderen uitgesproken. Farida, Chaima en Houda geven aan dat zij door hun openheid soms naïef overkomen, waardoor zij het risico lopen dat anderen daar misbruik van maken. Farida zegt hierover:

²⁰ Deze zorg voor wezen kan in verband worden gebracht met de islam, zo wordt de zorgplicht voor wezen in de koran genoemd.

(111) En ook gewoon dat je naar ieders standpunten luistert. (160) (...) want je hebt ook heel veel vooroordelen, daar houd ik helemaal niet van. Dan denk ik van, jé, je kent die hele persoon niet, weet je wel. Maar door een gesprek aan te gaan of je leert diegene kennen of door gewoon recht in het gezicht die vraag te stellen (220) En eh, ehm, ja heel veel mensen zeggen dan tegen me, ja jij bent hartstikke naïef, van nee, weet je wel, je moet niet meteen, van het slechte uitgaan van de mens weet je wel. Of je hebt dingen gehoord over diegene en dan beginnen ze meteen met hun vooroordeel.

Naast deze sociale eigenschappen, vinden de meeste respondenten dat zij goed zijn in het behalen van hun doelen, zij zien zichzelf als doorzetters. Yousra zegt hierover:

(119) Dat is mijn wil om iets te bereiken, dat heeft mij al heel vaak door heel veel dingen heen geholpen zeg maar. Dat is iets eh, waar ik wel heel blij ben dat ik dat heb. (121) dat (doorzetten) is wel iets wat ik wel heel erg heb, ja ik ga gewoon door. (lacht). Je krijgt mij helemaal niet zo snel klein.

Deze doelgerichtheid wordt bevestigd door de schoolcarrière van deze hoogopgeleide vrouwen, die over het algemeen wordt gekenmerkt door het “stapelen” van opleidingstrajecten vanaf het mbo. Daarnaast vinden zeven respondenten zichzelf mondig in vergelijking met hun familieleden of vriendinnen. Zij zijn direct in het naar voren brengen van hun mening, zoals Maryam aangeeft:

(82) Ik ben heel direct (189) (...) En als iets mij dwarszit, dan loop ik rechtstreeks op die persoon af, van ‘hé, dat beviel me niet en zou je dat volgende keer niet meer willen doen? (353) (...) ik had een vriendin; altijd als ik aan haar vroeg van ‘wat vind jij?’ dan zei ze: ‘Oh, wat jij ook vindt, dat vind ik ook’. En op een gegeven moment irriteerde het mij, want ik kan er niet tegen. (...) Ik houd heel erg van andere meningen, daar ben ik gek op.

De meeste respondenten beschrijven zichzelf als positief en optimistisch ingesteld. Maar Khadija, Chaima, Layla en Houda vinden dat zij soms te emotioneel reageren of zich teveel zorgen maken. Chaima kan niet tegen onrecht en stoort zich aan de negatieve houding jegens de islam:

(159) ik houd helemaal niet van onrecht. Ik kan daar zo enorm boos van worden, en het maakt me ook zelfs kapot! (165) Ik kan af en toe wel heel pessimistisch denken (lacht), maar uiteindelijk zie ik toch wel altijd in iets goeds en uhm, (177) (...) dat emotionele kwetsbare. (...) (280) Ik ben altijd heel zoekend geweest en ik ben dan ook wel een beetje filosoferend.

b. Overeenkomsten met ouders: wereldse vaders en zich wegcijferende moeders

De dertien respondenten zien veel eigenschappen van zichzelf bij hun ouders terug. Bijna alle respondenten vinden dat hun ouders ook sociaal en hulpvaardig zijn. Daarbij maken zij wel een verschil tussen hun vaders, die zich net als hun dochters gewend zijn aan de wereld buitenshuis en hun moeders die alleen gericht zijn op

het gezin. De respondenten vinden dat hun moeders zichzelf te veel wegcijferen ten behoeve van het welzijn van hun echtgenoot en kinderen. Vijf respondenten (Farida, Tamrah, Ikram, Assia, en Maryam) identificeren zich meer met hun vader dan hun moeder, omdat zij net als hun vader meer gericht op de buitenwereld zijn. Zij vinden dat hun vader in vergelijking met hun moeder, net als zijzelf minder snel geneigd is om zich door vooroordelen te laten leiden. Ikram vindt dat zij het meeste op haar vader lijkt, die ook meer “open minded” is:

(217) Uhm... Ja, mijn vader toch wel. Ja. (219) Uhm, ja zijn denkwijze of zo. (221) Ja hij is toch wat, hij is gewoon open minded en mijn moeder is daar wat ouderwetser in. (223) Ik denk dat het meer komt, natuurlijk omdat hij werkt en mijn moeder niet. Dus hij weet hoe het gaat in de samenleving.

Twee respondenten herkennen in zichzelf de gevoeligheid die zij bij hun vader waarnemen. Chaima ziet bij zichzelf overeenkomsten met haar vader in het “emotioneel kwetsbaar” zijn in het contact met anderen. Khadija vindt zichzelf net als haar vader een “malertje”. Opvallend daarbij is dat deze beide vaders tot de tweede generatie migranten behoren. Zij zijn vóór hun komst naar Nederland vanwege de arbeidsmigratie van hun vader, zonder veel contact met hun vader opgegroeid. Deze situatie kan van invloed zijn geweest op de emotionele kwetsbaarheid van deze vaders door het gemis van een vader en een rolmodel.

In de vergelijking met hun moeders, zien de respondenten vooral overeenkomsten in hun gerichtheid op het welzijn van hun dierbaren. Zoals Najoua:

(81) En in die zin lijkt ik eigenlijk ook wel op haar (= haar moeder), betrap ik er mezelf soms er op (lacht). Nou, eigenlijk doe ik het (wegcijferen) ook wel. (Lacht) (83) Ja, soms ook van ja, teveel aan anderen denken. (85) ik kan me inderdaad wel zorgen maken ja, ja. En ook wel willen helpen, zeg maar. Wat betreft ja dat ik meer op mijn moeder lijkt, is toch het prátén, denk ik.

Maar de meeste respondenten vinden dat zij in vergelijking met hun moeders op maatschappelijk gebied veel vaardiger zijn en dat zij meer opkomen voor hun persoonlijke belangen. Farida, Tamrah, Chaima en Assia beschrijven hun moeders als onzeker en meegaand. Een voorbeeld hiervan geeft Tamrah:

(157) Mijn moeder denk ik, ja, ze is huisvrouw, ze heeft nooit echt gestudeerd of what ever weet je wel, toch een huisvrouwte geweest. (177) Als ik dan ook de omgang met mensen zie, mijn moeder is toch wel een softie en ik en mijn vader zijn wat harder daarin. (...) nee, ik lijkt absoluut niet op mijn moeder. (179) (Zij is) Heel zacht en meegaand en iedereen tevreden willen houden en zo en zorgzaam. Ja, wij niet.

Verschillende respondenten stimuleren hun moeders om meer voor zichzelf op te komen en hun eigen keuzes te maken, zoals Maryam:

(219) En ik zeg altijd tegen mijn moeder: 'Mam, vergeet jezelf nou niet, geef jezelf nou tijd en aandacht. Iedereen heeft toch zijn eigen weg. Iedereen doet gewoon wat 'ie wil. Jij moet ook doen wat jij wil en wat jij leuk vindt en waar jij je prettig bij voelt.

c. Etnisch-culturele identiteiten: een Marokkaanse en een Nederlandse identiteit

Met welke etnisch-culturele identiteiten voelen de dertien respondenten zich verbonden? Alle respondenten voelen zich zowel Nederlands als Marokkaans. In beide werelden voelen zij zich thuis. Een kenmerkende uitspraak over haar Marokkaanse en Nederlandse eigenschappen verwoordt Tamrah:

(127) En ik heb mijn Marokkaanse eigenschappen en mijn Nederlandse eigenschappen, waar ik zeg maar beide gebruik van maak. (133) Tenminste, van wat ik zie in mijn omgeving, het felle, is toch wel Marokkaans. (135) Voor jezelf opkomen, het mannetje staan voor jezelf, discussies niet uit de weg gaan. En een bepaalde snelle...die snelle reactie die we kunnen hebben op bepaalde situaties.

Op de vraag wat zij als haar Nederlandse kant ziet, zegt Tamrah:

(139) Op tijd. (...) Het praten over onderwerpen, het wat rustige, ik houd er van om naar mensen te luisteren, maar ook te helpen.

Alle respondenten voelen zich verbonden met de Marokkaanse tradities van hun ouders en houden rekening met de waarden, normen, taboes en gebruiken die voor hun ouders belangrijk zijn. Zij respecteren het belang dat hun ouders hechten aan de reputatie van hun dochters als oppassende, kuise, jonge ongehuwde vrouwen. Daarom accepteren zij vrijwel allemaal dat zij als ongehuwde, thuiswonende, volwassen dochters in tegenstelling tot leeftijdsgenoten van Nederlandse achtergrond minder autonoom kunnen opereren. Zij vragen hun ouders om toestemming voor bepaalde activiteiten buitenshuis, weten dat zij op bepaalde tijden thuis moeten komen, dat zij niet zomaar uit mogen gaan met vriendinnen of een vriendje. Dit heeft gevolgen voor hun keuzevrijheid, hun vriendschappen, hun uitgaansgedrag, hun manieren van "dating" en partnerkeuze. Assia zegt hierover:

(213) Op een gegeven moment merk je dat je om je heen kijkt en je denkt van 'oh, eigenlijk ga ik niet eens meer om met Nederlanders'. (219) We blijven allochtone meisjes, wij mochten niet alles en als je nou met heel veel Nederlanders om ging, dan elke keer weer uitlegt van 'nee, dat mag ik niet', 'dat ga ik niet', 'dat lukt niet'. Dat, ja dat wordt vanzelf minder. (282) (...) En in de puberteit (...) dan krijg je de culturele regels, van 'dit mag niet, dat mag niet en zus mag niet' en dan werd je altijd verteld van 'dat mag niet van de Islam. Mag niet'.

Dit betekent dus dat deze dertien respondenten zich verbonden voelen met zowel hun Marokkaanse als hun Nederlandse achtergrond.

d. De beroepsidentiteit

Vijf respondenten (Farida, Tamrah, Chaima, Najoua en Maryam) noemen ook het belang van hun beroepsidentiteit. Zo identificeert Houda zich sterk met haar toekomstige beroep als rechter en geven verschillende andere respondenten aan dat zij hun beroepsvaardigheden toepassen in hun privéleven, zoals Farida:

(147) praat het met diegene uit of weet je wel, benoem het of confronteer diegene er mee, weet je wel. Dat heb ik dan van mijn opleiding geleerd. (150) (...) dan (in gesprekken met haar moeder) voel ik me soms ook een hulpverlener. (lacht) Maar, dat leer je, ja dat soort dingen leer je gewoon uit de opleiding zeg maar, ook gewoon signalering van eh, mensen hoe ze dan eh, hoe ze het dan doen en zo, dan vraag ik dan, dan stel ik vragen van hoe reageerde ze? Hoe keek ze dan? En zei ze dan verder daar niks over, weet je wel? Zoiets.

4.3.2.3. Zelf in relatie tot belangrijke anderen: sterk verbonden met hun dierbaren

Alle respondenten hechten veel waarde aan de relatie met hun ouders, gezinsleden en familie. De gehuwde Najoua geeft prioriteit aan de relatie met haar echtgenoot. Vriendschappen worden wel genoemd maar zij staan minder op de voorgrond.

a. Familieleden en echtgenoot

Alle respondenten zijn gericht op het welzijn van hun ouders en hun naaste familieleden. Voor de ongehuwde respondenten zijn hun ouders de belangrijkste personen in hun leven. Zij spreken op liefdevolle wijze over zowel hun moeder als hun vader. Zij voelen zich over het algemeen onvoorwaardelijk door hen gesteund, zoals Ikram aangeeft:

(190) Mijn ouders, (...) die steunen je natuurlijk in alles. (192) ik wil mijn ouders niet teleurstellen of zo. (...) Ja, ze weten misschien niet waarmee ik precies bezig ben, omdat, maar ondanks dat, ze ondersteunen, ze steunen je er gewoon mee. (198) Mijn ouders zijn dan niet zo van die mensen die dan eh, de hele dag je schouderklopjes geven of zo. (200) En ze vertellen het ook niet direct, maar ik merk als je dan, eh, als zij dan praten met een tante of zo, dan eh, zie je gewoon dat als ze dan over jou vertellen over al hun kinderen, dat ze toch wel trots zijn. Ja, dat is wel mooi om te zien.

Alle respondenten proberen hun ouders zoveel mogelijk te respecteren, zij willen voorkomen dat zij hen teleurstellen of verdriet doen. In het contact met hun ouders vermijden zij uit respect onderwerpen die taboe zijn, zoals uitgaan, seksualiteit en de relaties met vriendjes. Zij willen het vertrouwen dat hun ouders in hen stellen niet schaden, zoals Maryam aangeeft ten aanzien van haar moeder:

(355) *'ik vertrouw jou blindelings', dat zegt ze mijn moeder heel vaak tegen mij. (...) Ze had ook nooit schade. Ik zou nooit iets doen wat mijn moeder heel erg zou kwetsen.*

Najoua hecht veel waarde aan de band met haar echtgenoot. Ook haar ouders zijn heel belangrijk, want zij kan altijd op hen terugvallen. Ook met andere gezinsleden of familieleden voelen de respondenten zich verbonden, zoals Farida op kenmerkende wijze verwoordt:

(75) *mijn ouders komen natuurlijk op de eerste plek, en mijn broertje, mijn broer, en ehm, ja en ik heb ook gewoon wel een goede band zeg maar, met de kant van mijn moeder, weet je wel, mijn tantes en mijn nichten. Mijn nichten zijn net, ook zeg maar, ook mijn vriendinnen, weet je wel. (...) Ja die, die personen zijn héél belangrijk voor mij. Ik weet dat ik altijd bij hun terecht kan.*

b. Vriendschappen: vriendinnen, vrienden en vriendjes

Naast familieleden vinden de respondenten ook hun vriendinnen belangrijk. Met hen gaan zij uit en is het gezellig. Zij waarderen hen als gesprekspartners voor leeftijdsgebonden emoties en problemen, zoals Souad vertelt:

(289) *En mijn vriendinnen (...) daar houd ik ook van. En dat zijn ook personen die je nodig hebt in het leven. Met wie je kan lachen, om je hart te luchten, om eh van alles mee te bespreken. Ja enne, om mee dingen te ondernemen het is gewoon leuk en die zijn dus ook heel belangrijk.*

Vriendinnen zijn wel belangrijk, maar zij zijn ook vervangbaar vindt Tamrah:

(149) *Maar de rest is allemaal vervoegbaar. (151) Nou, die (haar vriendinnen) staan echt pas op nummer negen of zo, weet je (lacht). (153) Ik bedoel, het is gezellig om je ontspanning daar te vinden, maar ja. Als je zou moeten kiezen, kies ik toch wel voor nummer een (geloof) en nummer twee (ouders).*

Sommige respondenten geven aan dat zij van vriendinnen nooit weten of je hen uiteindelijk wel kunt vertrouwen. Daarnaast noemen sommige vrouwen de relatie met een vriendje of verloofde waarmee zij uitgaan.

Kortom alle dertien geïnterviewde islamitische respondenten benadrukken hun sociale eigenschappen, zij richten zich op zowel het verwezenlijken van hun maatschappelijke ambities, als op gezinsvorming en het helpen van hun medemens. Zij voelen zich sterk gesteund en verbonden met hun ouders en zij willen voorkomen dat zij hen door hun gedrag kwetsen of in opspraak brengen. Zij identificeren zich zowel met hun Nederlandse als Marokkaanse afkomst. Vriendschappen en relaties spelen wel een rol in hun leven, maar de respondenten voelen zich op affectief gebied het sterkst verbonden met hun directe naasten, zoals hun ouders, broers, zussen, familieleden of in het geval van de gehuwde Najoua met haar echtgenoot en dochtertje.

4.3.3. Kenmerken van religiositeit

Wat kenmerkt de religiositeit van de dertien geïnterviewde islamitische respondenten? Er zijn veel overeenkomsten tussen de dertien respondenten in de wijze waarop zij spreken over hun religieuze socialisatie, geloofsopvattingen, gevoelens rondom het geloof, religieuze praktijken, zoals hun wijze van bidden, hun contacten met geloofsgenoten en de effecten van hun religiositeit. Hoe zij precies over hun religiositeit spreken, wordt in de volgende paragrafen nader uitgewerkt.

4.3.3.1. Religieuze socialisatie: opgevoed door gelovige ouders

Kenmerkend voor de religieuze socialisatie van vrijwel alle dertien respondenten is dat zij door hun gelovige ouders van jongs af aan zijn opgevoed met islamitische waarden, normen en gebruiken. Zij schetsen hun ouders als praktiserende, gelovige moslims die aandacht besteden aan het ontwikkelen van de religieuze opvattingen en vaardigheden van hun kinderen. Alle respondenten hebben van hun ouders een islamitisch wereldbeeld meegekregen en zijn aangespoord om vanaf hun puberteit tijdens de maand Ramadan te vasten, de *salaat* te bidden en zich zo te gedragen dat God tevreden over hen kan zijn, zoals Tamrah uitlegt:

(237) Dat heb ik ook heel veel meegekregen zeg maar, als je bidt, als je je richt tot God, dus dan voel je ook de aanwezigheid van God. (346) (...) omdat ik heel erg ben opgevoed met van 'God moet altijd trots op jou zijn' weet je wel. Je moet geen slechte dingen doen.

Veel ouders stimuleren hun kinderen om tot God te bidden. Het eerste wat de moeder van Ikram haar dochter bij thuiskomst vraagt, is of zij de *salaat*gebeden van die dag al heeft verricht. Sommige ouders hebben hun dochters als kind naar een koranschool gestuurd, zodat zij daar geïnformeerd zijn over de islam en zij de koran kunnen lezen en reciteren.

Daarnaast nemen de respondenten van hun ouders en grootouders over hoe een moslim zich hoort te gedragen. Layla vertelt dat haar overleden moeder vaak uit de koran heeft gereciteerd en dat zij haar burens altijd goed heeft behandeld en eten heeft gebracht:

(187) Ik was nog wat kleiner, maar ik weet wel dat ze bijvoorbeeld, voor dat wij gingen slapen, ging ze (haar moeder) ook gewoon een soera voorlezen. (...) alles wat zij zeg maar deed, de koran was toch wel een deel van waar zij zeg maar ook dingen uithaalde. Om die zeg maar ook aan ons mee te geven. (189) Ehm...ja, ik weet bijvoorbeeld wel dat ze hier in Nederland was het. Van alles wat ze maakte ook, altijd ging de helft naar de buurvrouw en dan denk ik van "ja hallo, zij kan zelf wel koken!". (191) En ze zei van: "alles wat in de koran staat, (...) je moet je burens behandelen alsof ze je familie zijn. Je moet ze behandelen zoals jij behandeld wil worden".

Volgens de dertien respondenten bidden hun moeders regelmatig smeekbedes voor het welzijn van hun kinderen. Zij spreken deze smeekbedes uit als onderdeel van hun *salaat*gebeden, of tijdens de dagelijkse conversatie, zoals Maryam aangeeft:

(272) Als mijn moeder een smeekbede doet, na het bidden, dan blijft ze wel wat langer zitten dan ik. En je hoort haar ook: 'Ja God, geef mijn kinderen gezondheid en geef me dit en geef me dat. En bedankt voor dit' en, dat is veel emotioneler of zo. (284) ...dan zitten we te praten of zo, dan doet ze ook smeekbedes. (288) 'May God bless you' of zoiets, weet je wel? En 'God is met je' (...) Of 'ik hoop dat God jou in alles wat je doet, laat slagen'.

Sommige ouders zijn op bedevaart naar Mekka, de *hadj*, geweest en vertellen op zo'n inspirerende wijze over hun ervaringen, dat zij hun dochter doen verlangen naar de *hadj*, zoals de moeder van Chaima:

(410) Ja en mijn moeder heeft gezegd het (de bedevaart naar Mekka) is niet te beschrijven. Het is een enorme kracht dat je voelt op dat moment. Mijn moeder zegt: ik wou zelf niet weg, terwijl ik kinderen heb! Het is een gek ding om te zeggen zei zij, maar je bent zo bezig met hoe zij het beschrijven in het hiernamaals, dat je dan op dat moment bezig bent met jezelf. En zo ben je ook bezig met jezelf in de hadj, in het contact met God en alleen maar aanbidding. (412) En ze zei het is zo mooi, (...) de recitatie hoor je dan en het is heel krachtig op dat moment als je het dan hoort en mensen huilen dan, ook gewoon helemaal geraakt. Want het raakt je diep van binnen. (414) Je bent (na de hadj) anders in het leven gaan staan. Omdat ja, je bent helemaal gereinigd. En al je zonden zullen dan ook wel zijn verminderd vanwege de vergiffenis die je dan op dat moment hebt gevraagd.

4.3.3.2. Religieuze identiteit: sterk verbonden met de islam

De dertien respondenten schetsen hun ouders dus als praktiserende, gelovige moslims. De wijze waarop zij zelf vormgeven aan hun religieuze identiteit, welke religieuze doelen zij nastreven, wat moslima-zijn voor henzelf betekent en wie hen daarbij inspireren, wordt in de volgende paragraaf uiteengezet. Op basis van (a.) hun religieuze doelen, (b.) hun zelfbeeld als moslima en (c.) hun religieuze rolmodellen, is op te maken dat er bij de dertien respondenten sprake is van een sterke religieuze oriëntatie en identiteit.

a. Religieuze doelen: een goede moslim worden

Alle dertien respondenten stellen zich tot doel om steeds meer volgens de islam te gaan leven. Zij spreken de intentie uit om de islamitische voorschriften steeds beter te gaan toepassen. Zij willen hun geloof verdiepen, meer op tijd en met volledige overgave de *salaat* gaan bidden, hun best doen om goed te zijn voor anderen, door het geven van aalmoezen, de *zakat*, en het verrichten van goede daden. Zij vasten tijdens de maand Ramadan, willen ooit de bedevaart (de *hadj*) naar Mekka

verrichten en sommigen willen hun kennis over de islam vergroten. Farida vindt zichzelf heel praktiserend. Haar relatie met God is heel sterk:

(267) ik ben wel heel erg praktiserend. (184) ik zie God niet, maar ik voel en ik geloof, het is een heel iets sterks, dat Hij gewoon bij je is (208) Je werkt voor die beloning (in het hiernamaals), zeg maar. En als je 's ochtends wakker wordt en weet je, dat stimuleert je, motiveert je ook van ja. Je wilt alleen maar goed eh, blijven, goed doen voor God, snap je? (...) Als ik geliefd ben bij mijn medemens dat ik ook geliefd ben bij God, zeg maar.

Ook het moederschap beschouwen de respondenten als een religieus doel. Een kenmerkende uitspraak hierover doet Chaima:

(45) ... mijn belangrijkste doel is uiteindelijk toch wel, een goede moslim, een goede moslimavrouw, te worden. (47) Omdat ik, er van overtuigd ben als ik dat ben, dan zal ik dan zal ik waarschijnlijk de andere doelen ook behalen. Eigenlijk, de islam is voor mij, zo belangrijk, dat ik het gewoon echt toepas in mijn leven, omdat ik, ja het geeft mij een bepaalde houvast, maar ook, om voornamelijk, met goede daden door het leven te gaan. (49) En dat wil zeggen dat ik, een goede moeder zal zijn, een goede vrouw zal worden, en mijn opleiding, dat ook, dat heb ik nu gewoon afgerond, maar ook om dat gewoon, met heel veel kracht dat ook gewoon dat uh, te beoefenen.

Al deze bovengenoemde religieuze doelen staan in het teken van het hiernamaals. Na hun overlijden hopen deze moslima's dat God hen op basis van hun gedrag op aarde zal toelaten in het paradijs.

b. Zelfbeeld als moslima

Alle respondenten voelen zich moslima. Moslima-zijn betekent voor hen dat zij de islam praktiseren, zoals Layla als volgt aangeeft:

(277) Eigenlijk alles wat ik doe, doe ik wel vanuit het geloof (...) (319) (over het gedrag van anderen) mag ik niet over oordelen. Dat is echt helemaal aan God. Ehm...ik bedoel iedere mens is voor zichzelf. (323) Mijn verantwoordelijkheid is gewoon dat ik mijn geloof ook praktiseer zoals het moet. (357) (...) in alles wat ik doe zeg maar, kijk ik altijd of, is dat, is het wel volgens de Islam? Mag je dat wel doen? (409) Kijk, je bidt, je doet het ergens voor. Om later op een goede plek te komen. Ik bedoel, je moet voor, als je iets graag wil, dan moet je ervoor werken. En ja, je kan het met plezier doen, je kan het uit verplichting doen, maar ja, God heeft het liever dat je het met plezier doet. Ik bedoel, kijk mijn vader kan me wel dwingen om een hoofddoek te dragen, maar het heeft geen betekenis dan. Kan je het net zo goed niet doen.

Hoewel alle respondenten zichzelf als moslima beschrijven, verschillen zij onderling in hoe nauwgezet, gedisciplineerd en uitgesproken zij vanuit deze identiteit hun dagelijks leven inrichten. Farida en Ouafa benadrukken hun religieuze identiteit het sterkst. Zij vertellen anderen over de islam, doen religieuze kennis op, bidden de

salaat zoveel mogelijk op de vaste voorgeschreven gebedstijden en gedragen zich zoveel mogelijk als moslima. Voor Ouafa betekent moslima-zijn vooral God tevreden houden en Hem aanbidden:

(87) (...) maar aanbidding is dus wel dat je uh, op die manier houd je God tevreden in die zin, het is een, ja (denkt even) ja omdat je je overgeeft aan God stroomt dat gewoon daaruit voort, de aanbidding. Dat zit dan toch gewoon in je leven. (136) (...) ik ben iemand die zelf bepaalt wat die doet, maar dan wel binnen de context van de islam, Ja ik houd me dan niet erg bezig met wat anderen voor mij kunnen denken of iets zolang ik maar binnen die context goed zit, maar als het daarvan afwijkt dan houd ik ook rekening met omgeving.

Andere vrouwen hechten vooral waarde aan het vertonen van goed gedrag, dit wil zeggen niet liegen, niet roddelen, geen varkensvlees eten of alcohol drinken. Zij houden zich zoveel mogelijk aan de vijf zuilen van de islam: onderwerpen zich aan God, eren God in de *salaat*; vasten tijdens de maand Ramadan, geven aalmoezen en willen later op *hadj*. Centraal daarbij staat dat zij goed zijn voor hun medemens, want God waardeert “goede daden”. Ook waardig gedrag speelt daarbij een rol, zoals Houda als volgt verwoordt:

(117) ik hoor vaak van anderen dat ik echt eh, een heel goed innerlijk heb. Ik eh, ben geen meisje dat over anderen praat. Roddelen, want roddelen dat is verboden in de islam. (119) Ja en bijvoorbeeld geen varkensvlees en alcohol drinken, dat mogen wij niet. Dat doe ik ook niet. (...) Nou ik wil altijd het goede voor mijn medemens. En dat is ook iets wat in de islam staat. (211) Nou in de islam mag je zo wie zo geen vriend natuurlijk, (lacht). (213) Dus eh, wij (zij en haar vriendinnen) doen er ook niet aan. (201) Het is ook niet zo dat ik er naar op zoek ben, of eh, nou helemaal niet. (...) ik wil niet mijn hart aan iemand geven. Daar ben ik gewoon te voorzichtig mee, nee dat doe ik niet.

Volgens de dertien islamitische vrouwen geeft het “moslima-zijn” hen een sterke identiteit, waardoor zij in de seculiere Nederlandse samenleving sterker in hun schoenen staan.

Welke rol speelt daarbij de wijze waarop zij zich kleden? Acht van de dertien respondenten dragen een hoofddoek, de meesten van hen combineren deze hoofdbedekking met make-up, modieuze, kleurrijke kleding, of een strak zittende spijkerbroek en schoenen met hakken. Farida en Ouafa dragen bewust geen make-up en kleding die hun vrouwelijke lichaamsvormen accentueren, zij kiezen voor een wijdvallende dresscode.

De dertien moslima's geven allemaal aan dat het dragen van islamitische verantwoorde kleding een persoonlijke keuze is. Het is iets tussen hen en God. Voor Maryam was het dragen van een hoofddoek een belangrijke stap om de buitenwereld te tonen wie zij is en wil zijn:

(220) Ik ben moslima, wat betekent dat voor mij? (221) Ik kan me nog heel goed herinneren dat ik in die periode dacht van: 'ik ben Marokkaans, ik voel me ook Nederlands en ik voel me moslim. Maar hoe kan ik al die drie punten toch laten zien en toch sterk in mijn schoenen staan met een Nederlands gevoel, met een Marokkaans gevoel en Moslim-zijnde? (222) Dit (=het geloof) is iets wat mij sterker maakt, wat mij een compleet gevoel geeft. (...) daar hoort een hoofddoek bij, daar hoort bidden bij en misschien ook nog veel meer. En zodoende had ik het besluit genomen om een hoofddoek te gaan dragen. (223) En dit is wie ik ben en zo zie ik eruit en zo moet ik mijzelf presenteren en niet anders.

De respondenten geven verschillende redenen op waarom zij er wel of niet voor kiezen om hoofdbedekking of wijdvallende kleding te dragen. Vijf respondenten (Ikram, Tamrah, Yousra, Souad, Assia) voelen zich moslima, maar tonen dit niet aan buitenstaanders door middel van hun kledingkeuze. Assia probeert volgens de islam te leven, maar meent dat God haar wel begrijpt als zij niet voor een hoofddoek of een wijde rok kiest:

(296) je probeert gewoon te geloven (...), je probeert een goed mens te zijn in alles. Dus mensen helpen, je probeert niet te liegen, niet te roddelen over anderen, alles goed behandelen. (367) Ja, maar dan (t.a.v. het geen hoofddoek dragen) denk ik bij mezelf, 'Allah begrijpt mijn standpunt misschien wel'. Want, hij weet gewoon alles, dus dan denk ik van 'dan weet hij toch ook wel hoe ik me erbij voel en waarom ik iets niet doe.

Ook Ikram en Tamrah vinden het niet nodig om zich als moslima op een speciale wijze te kleden. Tamrah draagt graag strakzittende kleding. Yousra heeft een voorkeur voor nauwsluitende broeken en denkt dat hoofdbedekking haar carrière-kansen kan schaden. Houda beseft dat zij met hoge hakken de aandacht van mannen kan trekken. Zij draagt sinds kort hoofdbedekking, maar heeft er vrede mee dat er in het beroep dat zij later wil uitoefenen geen hoofddoek is toegestaan:

(750) Je mag als rechter zijnde geen hoofddoek dragen. Dus die moet af. (752) Ja, het is het een of het ander dus. Ja en ik weet een hoofddoek mag je gewoon niet dragen. Ja en ik weet van mijzelf dat ik rechter wil gaan worden en niets anders dan rechter. Dus daar moet hij wel even af. (754) Maar dan doe ik hem daarna gewoon weer terug. Ik weet niet wat ze zullen denken, maar ja zo ben ik.

Toch is Houda ambivalent over het dragen van deze hoofddoek, nu zij geconfronteerd wordt met negatieve reacties van medestudenten en van jongeren uit de buurt. Zij vraagt zich af of dit het wel waard is.

Souad stelt het dragen van een hoofddoek nog even uit, omdat zij meent dat hoofdbedekking haar huwelijkskansen vermindert, omdat zij er met hoofddoek minder aantrekkelijk voor mannen uitziet. Zij heeft God beloofd dat zij zodra zij getrouwd is zich op islamitisch verantwoorde wijze zal kleden. Volgens Chaima speelt hoofdbedekking geen rol ten aanzien van haar kansen op de huwelijksmarkt.

Zij is gescheiden en draagt al jarenlang een hoofddoek die zij op modieuze wijze op kleur met haar lange rok combineert. Zij vindt dat het uiterlijk van een moslima nog niet veel zegt over haar innerlijke geloofsbeleving. Het gaat volgens haar niet zozeer om een uiterlijke, maar meer om een innerlijke *hijab*.

Dus de dertien moslima's ervaren het als hun persoonlijke keuze om door middel van hun kleding wel of niet hun religieuze identiteit te benadrukken.

c. Religieuze rolmodellen

In hoeverre verwijzen de dertien respondenten tijdens het interview naar religieuze rolmodellen, die hen inspireren in het praktiseren van de islam? Een paar respondenten noemen de profeet als hun grote voorbeeld, zoals Chaima:

(434) En eigenlijk is het beste voorbeeld de profeet zelf. En als men zich zo zou gedragen dan zou niemand problemen hebben met de islam, zeg ik altijd.

Ook Ouafa haalt tijdens haar interview verschillende keren het gedrag van de profeet aan. Houda en Farida zien hun grootvaders als voorbeeld van hoe een moslim zich hoort te gedragen. Over haar overleden grootvader zegt Farida:

(415) Zo'n goed persoon, weet je wel. Zo wil jij ook alleen maar zijn. Weet je wel als je zulke dingen hoort, en hij was ook altijd eh, in de moskee. Altijd aan het bidden, (419) Ik kijk echt op tegen zulke mensen die dan altijd uhm, uhm... Kijk mijn opa (...) Hij had nooit ruzie, met niemand in de hele familie heeft hij ruzie gehad en dan denk ik van wauw, zo wil ik ook. Zo wil ik ook zeg maar, overlijden.

4.3.3.3. Religieuze opvattingen: een onwankelbaar geloof

De dertien geïnterviewde islamitische respondenten getuigen allemaal van een onwankelbaar geloof in God en de islam. De religieuze opvattingen die zij in hun interview naar voren brengen, worden beschreven op basis van hun opvattingen over: (a.) God; (b.) de duivel en *djinn*; (c.) het hiernamaals; (d.) Gods wil en de eigen verantwoordelijkheid en (e.) religieuze bronnen en voorschriften.

a. Opvattingen over God

Alle respondenten spreken zowel over "God" als over "Allah". Allah is immers de Arabische naam voor God. Zij geloven onvoorwaardelijk in Gods aanwezigheid. Zij ervaren Hem als almachtig, alwetend en alom aanwezig. Farida vergelijkt haar ervaring met God met hoe een blinde de zon ervaart. Layla zegt over haar Schepper:

(333) Hij is allemachtig groot, dus overal waar ik ga, is Hij er. Of ik nou hier in Nederland ben, of helemaal in Amerika of in Afrika ben, ik weet dat God er is.

De meeste respondenten benadrukken de intieme nabijheid van God meer dan Zijn ontzagwekkende grootheid. Verschillende vrouwen (Assia, Najoua, Layla, Tamrah

en Maryam) ervaren God overal om hen heen en ook in hun hart. Najoua ervaart God als een deel van haarzelf:

(132) God voelt wel echt ja, het voelt echt als een deel van mij. (134) Die ziet echt wat in mijn hart is, zeg maar hè. Wat ik wil, wat ik doe, dingen, wat ik wil bereiken.

Volgens de dertien respondenten overziet God alles wat er op aarde en in hun leven gebeurt en zal gebeuren. Hij kent hun diepste gedachten en gevoelens, zoals Yousra verwoordt:

(171) Ja Hij begrijp je wel gewoon, vooral als, als het iets is dat uit je hart komt. Ja dan denk ik van ja dat begrijpt Hij gewoon.

Vrijwel alle respondenten zijn van mening dat God hen laat weten wat goed voor hen is door hen iets mee te laten maken of door hen gevoelens of dromen te sturen. Zo denkt Ikram dat als zij bij iets een slecht gevoel krijgt, dit misschien een teken is van God:

(557) als je toch iets wil doen, en je hebt er een slecht gevoel bij, dan denk ik, misschien is dit wel een teken (van God) dat ik dit niet moet doen.

b. Opvattingen over duivel/djinn

Iets meer dan de helft van de dertien respondenten refereert tijdens hun interview aan het bestaan van de duivel en de wereld van de *djinns*, de geesten. De duivel doet in hun ogen pogingen om hen af te leiden van de weg die God hen wijst. Hij stimuleert gedrag dat God afkeurt door hen “iets in te fluisteren”. De duivel kan zoals Layla zegt, haar gedachten beïnvloeden:

(427) je moet je er ook van bewust zijn dat de duivel met je gedachten kan spelen.

De meeste respondenten geloven in het bestaan van geesten, omdat dit ook in de koran wordt vermeld. Maar zij brengen tijdens het interview geen traditionele opvattingen over geesten en zwarte magie naar voren, hoewel zij deze verhalen wel kennen vanuit hun omgeving. Houda vindt dat je geesten in vrede moet laten.

c. Opvattingen over het hiernamaals

Voor alle respondenten is het bestaan van het hiernamaals, het paradijs en de hel een realiteit waarmee zij rekening houden. De opvatting over het hiernamaals wordt op kenmerkende wijze verwoord door Farida:

(206) Ja, ik zie het (hiernamaals) als een (...) streven, daar wil jij terecht komen, in plaats van zeg maar, eh, de hel. En daardoor doe je in het leven, probeer je alleen maar het goede te doen en met het goede bezig te zijn. (...) je werkt niet voor dit je leven, je werkt echt voor het leven dat hierna komt zeg maar. (208) Elke dag, dag in dag uit moet je bewust zijn van, weet je het is, het leven gaat weg, weet je. Je leeft, je werkt eigenlijk voor je goede daden. En daar krijg je dan je beloning voor. (465) Nou als ik mij aan het geloof houd, dan denk ik wel dat ik naar de hemel ga.

(467) Maar als ik me niet aan het geloofhoud, dan wordt het volgens mij een enkeltje hel.

De dertien respondenten zijn van mening dat zij moeten werken om hun plek in de hemel te verdienen. Volgens hun overtuiging weegt God na hun overlijden af in hoeverre zij de hemel of de hel hebben verdiend. Tijdens hun leven worden slechte daden bijgehouden door een engel op hun linkerschouder en goede daden door een engel op hun rechterschouder. Layla legt dit als volgt uit:

(317) als je dus zeg maar niet echt de islam volgt, nou ja, natuurlijk beland je in de hel. (471) Die (je zonden) worden je vergeven, als je (...) het goede (doet). Je hebt zeg maar een weegschaal, (...) als je goede dingen zwaarder wegen, worden die anderen gewoon kwijtgescholden.

Net als hun geloofsgenoten menen de respondenten dat zij hun kans op het paradijs kunnen vergroten door zonden te voorkomen en door *hasanat* -zegeningen- te verwerven, doordat zij de vijf islamitische zuilen praktiseren en goede daden verrichten. *Hasanat* wordt ook wel aangeduid als beloningen of zegeningen, Khadija noemt het haar “credits”:

(290) ik denk weleens aan de dood tijdens het bidden. (294) je probeert je inderdaad voor te stellen hoe dat hiernamaals eruit zou zien. (218) Ja, het bidden is (...) ook een soort, ja een investering in wat gaat komen hierna. Dat ik alvast, ja dat ik alvast mijn credits binnenhaal voor straks.

Goede daden moeten echter verricht worden vanuit de juiste intentie en niet met het oog op het verwerven van zegeningen. Anders gelden zij niet. Yousra legt dit als volgt uit:

(358) Hasanat? Nee, dat is nooit mijn achterliggende reden. (360) Ik denk (...) niet altijd bij alles wat ik doe in mijn achterhoofd ik krijg hier hasanat voor. (...) Ik denk dan toch meer dat neemt ook iets van af je intentie. Je intentie is dan ook niet meer helemaal zuiver. Ja ik geef geld om hasanat te krijgen, ja. Nee je geeft geld om die armen te helpen. Dat je daar hasanat voor krijgt, ja dat hoop je dan wel, maar dat is dan iets dat gewoon meegenomen is.

Sommige respondenten vragen God tijdens hun smeekgebed om *hasanat*. Assia gelooft dat haar vasten tijdens de maand Ramadan alleen door God geaccepteerd wordt als zij tijdens deze heilige maand tevens de *salaat* bidt. Verschillende respondenten denken dat hun *salaat*gebed pas geldig is en zegeningen oplevert, als zij met volledige overgave bidden.

Alle respondenten ervaren God als almachtig en geloven in Zijn wil en het lot, Khadija zegt hierover:

(124) Ja, dat (iets voorbestemd is) is wel waar ik van overtuigd ben ja. (250) Nou ik probeer mijn eigen problemen zoveel mogelijk zelf op te lossen. Maar ik geloof dat de uitkomsten daarvan altijd Gods besluit is. Nou, sterker nog, ik geloof dat de oplossingen die tot mij komen, of die ik bedenk, ook uiteindelijk van Hem komen. (284) Ik zie het zo voor me dat iedereen, dat God van iedereen een soort overzicht heeft van wanneer die geboren wordt en wanneer die overlijdt.

De dertien respondenten zijn er echter ook van overtuigd dat zij door God verantwoordelijk worden gehouden voor hun eigen keuzes en gedrag. Zij maken daarbij een onderscheid tussen gebeurtenissen waarop zij zelf geen invloed kunnen uitoefenen en situaties waar zij zelf verantwoordelijk voor zijn. Houda zegt hierover:

(343) Als er dan een ongeluk gebeurt of iets ernstigs, dan heb ik niet zoiets van, weet je je had het moeten helpen, of je hebt er schuld aan, nee. Dat is gewoon het lot, Allah, heeft het zo gewild. Dat is gewoon je dag eigenlijk moest je eh, overlijden. (343) Maar bij andere dingen, bijvoorbeeld bij trouwen, dan zeggen, ja heel veel mensen die zeggen ja, ik ga gewoon niks doen. Ik ga niet zoeken, enne, ik wacht gewoon en ehm, ja de man komt wel bij mij aankloppen. Maar ik denk van nee, het lot moet je helpen. Je moet zelf ook wel wát doen.

Over het algemeen menen de respondenten dat God bepaalt wanneer zij worden geboren, of zij zullen trouwen en wanneer zij sterven. Daarom maakt Tamrah zich geen zorgen of zij een geschikte levenspartner zal vinden. Dit staat immers “geschreven”:

(85) Ze zeggen bij ons in het Marokkaans, dat heet ‘mektub’ het is gewoon voor jou, het staat geschreven wanneer jij een man tegen gaat komen. Dus al spring jij hoog en laag of al doe je helemaal niks: je komt hem tegen, ooit. En je weet niet waar, voor hetzelfde geld om de hoek, voor hetzelfde geld loop je ertegen op straat of je werk. Je weet niet waar je hem tegenkomt. Dus het is ook, om ernaar te gaan zoeken weet je wel, dan kom je in die sfeer van vriendjes, relaties, dat soort dingen, wat ook bij ons eigenlijk niet kan en mag. Dus ja, voor mij heeft het ook geen haast, ik ben er ook niet mee opgegroeid, met van ‘je moet een relatie hebben’. Dat komt als het komen wil.

Volgens de respondenten heeft God hen verstand gegeven om zelf te kunnen beslissen wat goed of fout voor hen is. God geeft hen richtlijnen voor gedrag en oordeelt na hun overlijden of zij een goed mens zijn geweest of niet.

e. Opvattingen over religieuze bronnen en voorschriften

De respondenten verschillen onderling in de mate waarin zij tijdens het interview refereren aan religieuze bronnen. Farida, Chaima en Ouafa verwijzen tijdens hun interview regelmatig naar de koran of *hadith*. Zij hebben zich in het verleden

verdiept in wat de islam precies inhoudt en voorschrijft. Houda, Ikram, Layla en Assia vinden dat er veel informatie over de islam bestaat, maar dat je niet weet wat je moet geloven. Zij willen de betrouwbare bronnen zelf bestuderen. Houda zegt hierover:

(525) (...) in deze tijd is het heel vaak van: hé je mag dit niet want de islam zegt dat. Ja, maar hoe weet je dat? (527) Ja, want ik heb gehoord van die en die, maar daar heb ik niks aan. Ik wil betrouwbare bronnen.

Layla, Chaima en Ouafa hebben kritiek op geloofsgenoten die veel zaken ten onrechte aan de islam toeschrijven. Zij verwijzen daarbij naar traditionele opvattingen over uithuwelijking, homoseksualiteit en vrouwenrechten.

Kortom de dertien respondenten hechten waarde aan de volgende religieuze opvattingen: het onvoorwaardelijk geloof in het bestaan van een almachtige, barmhartige, alleswetende, alom aanwezige, nabije en bij hen betrokken God. Zij geloven in de profeet Mohammed, de koran en de *hadith*. Zij geloven in het bestaan van de duivel, engelen en geesten. Zij willen de vijf zuilen van de islam naleven, onvoorwaardelijk in God geloven, zich aan Hem onderwerpen, de *salaat* bidden, vasten tijdens de maand Ramadan, aalmoezen geven en op bedevaart naar Mekka. Zij willen goede daden verrichten en Gods voorschriften en geboden zo goed mogelijk opvolgen. Zij willen hun ouders respecteren en zorgen voor de zwakkeren in de samenleving. Zij geloven in Gods wil, het lot en hun eigen verantwoordelijkheid. Voor hen is het hiernamaals een realiteit, waardoor zij waarde hechten aan het verdienen van zegeningen of *hasanat*, zodat God hen na hun overlijden in het paradijs zal toelaten en niet naar de hel zal sturen. Deze religieuze opvattingen komen overeen met die van hun ouders, hun geloofsgenoten van Marokkaanse afkomst en hun islamitische traditie.

4.3.3.4. Religieuze gevoelens: liefde en ontzag voor God

De affectiviteit van de dertien respondenten met God en de islam is sterk. Zij hebben overwegend een positief beeld van God. Hun gevoelens met betrekking tot God zijn ingedeeld in: (a.) gevoelens van liefde en dankbaarheid naar God; (b.) gevoelens van nabijheid, betrokkenheid en bescherming in relatie tot God en (c.) gevoelens van berouw, schaamte en schuld naar God. Daarnaast zijn er respondenten die (d.) het gevoel hebben geplaagd te worden door de duivel of geesten, of die (e.) onzeker of bang zijn voor de hel.

a. Gevoelens van liefde en of dankbaarheid naar God

Veel respondenten ervaren positieve gevoelens bij God zoals liefde en dankbaarheid. Ikram formuleert dit als volgt:

(537) Dan, dan denk ik aan liefde. (539) Ja, ik voel Hem. Ja, je voelt het gewoon. (641)...je voelt het eigenlijk de hele dag door. (643) Ja alles wat zeg maar, positief in mijn leven eh, gebeurt, dat, dat heb ik te danken aan God. (647) Ik ben (God) dankbaar.

b. De nabijheid, betrokkenheid of bescherming van God voelen

De dertien respondenten denken bij God aan gevoelens van nabijheid, betrokkenheid en bescherming. Layla geeft op kenmerkende wijze weer dat zij zich door God veilig en beschermd voelt:

(305) Ehm...God is er en Hij beschermt mij, dus ik heb ehm...ja, zeg maar ook een soort van bescherming. Of Hij, ik weet dat Hij er is, dat mij niks, zeg maar, echt slechts kan overkomen. (311) veiligheid.

c. Berouw, schaamte of schuld voelen naar God

Voor acht respondenten (Farida, Tamrah, Chaima, Ouafa, Yousra, Houada, Assia en Souad) spelen ook gevoelens naar God mee van berouw, wroeging, of schuld. Dit heeft te maken met zorgen over zonden of nalatigheid bij het uitvoeren van hun religieuze plichten, als zij er niet aan toekomen om op tijd of met volle overgave de *salaat* te bidden. Verschillende respondenten zijn bang dat God hen deze nalatigheid zal aanrekenen. Zij maken zich zorgen of God hun gebedsoffer zal accepteren. Yousra voelt zich soms schuldig naar God:

(412) Ja, eh, gewoon meer een soort schuldgevoelens denk ik, nou ik ben niet geconcentreerd genoeg bezig, of uhm, of zo van ja, dat je het gevoel hebt dat je even snel het gebed tussendoor perst, zeg maar en dat je in principe wel gewoon tijd hebt om op het internet te kijken of zo. (lacht) En dat je daar dan wel gewoon vijf minuten of zo voor uittrekt. Maar voor het gebed dan denk je van nou, even snel afronden. Daar voel ik me dan wel schuldig over (...) dat ik ook het idee heb (...) dat als het eenmaal gedaan is dan dat je het niet meer, uhm, over kunt doen. Want zo'n dag als je eenmaal wel of niet hebt gebeden of wel of niet op tijd, of ook, niet geconcentreerd, dat krijg je niet meer terug.

Maar de meeste respondenten geloven dat als zij God oprecht berouw betonen, Hij hen zal vergeven. Souad vindt dat zondes haar overkomen:

(644) Ja zondes maak ik die overkomen mij, het overkomt mij. Ik maak er keuzes in, ik doe het en ik heb daarna spijt en dan bied ik mijn excuses aan. (646) Ja aan Allah. (650) ... zodra je dan een beetje intiem wordt met een jongen, ja, tuurlijk dat is een zonde en dat mag niet van het geloof.

d. Het gevoel geplaagd te worden door de duivel of djinn

Verschillende vrouwen leggen een verband tussen de duivel en het vertonen van gedrag dat God afkeurt. De duivel komt in hun verhalen naar voren als een soort innerlijke stem die hen aanzet om slecht gedrag te gaan vertonen, terwijl het denken aan God hen juist aanzet om zich goed te gedragen en hun impulsen te beheersen.

Houda denkt dat als zij in wil gaan op het contact met een leuke jongen, dit het werk is van de duivel:

(615) En bijvoorbeeld dan vraagt een jongen mijn nummer en ik zeg nee, maar dan hoor ik wel van: nou het kan toch helemaal geen kwaad. En wie weet en zus, en je begint gewoon als vrienden. En dan denk ik van nee, opdonderen, niet naar luisteren. (Lacht) (619) Dan weet ik het zeker, dat is een influistering (van de duivel) want ik ken mijzelf. (621) ik weet dat ik dat nooit zou doen. Want waarom zou ik nu opeens moeten gaan twijfelen?

Sommige vrouwen vragen God regelmatig in hun smeekbedes om er voor te zorgen dat “de duivel hen niet bespeelt”. Farida houdt haar verbinding met God zo sterk mogelijk. Zij bidt veel om zich zo te beschermen tegen het kwaad van de duivel of een geest. Zij vermijdt ook “slechte” plekken waar de duivel zich kan bevinden, zoals cafés of uitgaansgelegenheden.

e. Onzekerheid of angst over de kans op de hel

Khadija, Tamrah, Ouafa, Yousra en Souad denken regelmatig aan het hiernamaals vooral tijdens hun gebed. Er is altijd de hoop dat God zonden zal vergeven, maar er is geen zekerheid. Stel dat zij plotseling overlijden en zij te weinig hebben ondernomen om de hemel te verdienen. De gedachte aan de hel motiveert hen om meer volgens te islam te gaan leven. Yousra vindt deze angst wel goed:

(368) Ik denk dat het een beetje, angst (voor de hel), gewoon angst is wel goed, (...) dat is gewoon extra motivatie om dingen goed te doen vind ik. Ik denk van, als je helemaal geen angst hebt, ja dan, natuurlijk geloof ik er wel in dat God je zonden kan vergeven et cetera, als je goed bent en je hebt een goede intentie, maar je moet ook gewoon vind ik, het idee hebben dat je inderdaad ergens voor gestraft kan worden. (372) Op dit moment ben ik nog, best wel bang zeg maar, voor de dood. (Lacht.) (...) ik doe nog niet alles goed.

De dertien respondenten ervaren dus door hun geloof zowel positieve als negatieve gevoelens. Daarbij domineren de positieve gevoelens ten aanzien van God. Zij ervaren bij God dankbaarheid, liefde, barmhartigheid en veiligheid. Sommigen zijn bang voor de duivel, die hen van het goede pad kan afhouden door hen gedachten in te fluisteren en te “bespelen”. Er is ook sprake van angst voor de hel, hetgeen hen onzeker maakt over wat er na hun overlijden te wachten staat. Maar verschillende respondenten ervaren deze angst niet als iets negatiefs omdat dit hen aanzet om zich beter aan religieuze voorschriften te houden.

4.3.3.5. Religieuze praktijken: gericht op het naleven van religieuze voorschriften

Alle dertien respondentes vinden het belangrijk om de islam te praktiseren. Welke religieuze praktijken zij precies uitvoeren wordt in deze paragraaf toegelicht aan de hand van de volgende indeling: (a.) de *hadj*, het geven van *zakat*, het vasten tijdens

de Ramadan, het verrichten van goede daden en moskeebezoek; (b.) bidden; (c.) het verrichten of beluisteren van koranrecitaties, (d.) het raadplegen van religieuze bronnen en (e.) het deelnemen aan religieuze activiteiten.

a. De hadj, Ramadan, zakat, goede daden en moskeebezoek

De dertien respondenten willen later allemaal graag de bedevaart naar Mekka maken maar gezien hun leeftijd, heeft nog niemand deze religieuze plicht al vervuld. Verschillende respondenten verlangen naar de *hadj*, zij zouden zelfs graag al op jonge leeftijd willen gaan om zo hun geloof te versterken. Sommigen sparen al voor de *hadj*, want zoals Layla aangeeft, je moet zelf het geld voor de bedevaart bijeenbrengen. Je mag niet lenen:

(445) Bijvoorbeeld de bedevaart, die is ook niet verplicht. Het is wel verplicht voor mensen die welgesteld zijn, die het geld ervoor hebben, dan ben je verplicht om naar Mekka te gaan. Maar als je het geld er niet voor hebt, God zegt dan 'je mag niet gaan lenen om naar Mekka te gaan, dat mag niet!' Dan geldt je bedevaart niet. Dus krijg je ook geen beloning ervoor.

Alle dertien respondenten vasten tijdens de maand Ramadan, behalve op de dagen dat zij hiertoe niet verplicht zijn in verband met hun menstruatieperiode. Deze niet gevaste dagen halen zij vervolgens later in het jaar in. Tijdens deze heilige maand voelen de respondenten zich sterker dan in andere maanden verbonden met God, de islam, hun familie en hun geloofsgenoten. Dit is een stimulans om de islam te praktiseren. Samen met hun familie onderbreken zij na zonondergang de vasten. Soms bidden zij in deze maand thuis of in de moskee samen met andere gezinsleden de *salaat*. Zelfs Assia die problemen heeft met het dagelijks bidden van de *salaat*, bidt dit gebed wel tijdens de maand Ramadan, omdat zij deze periode zo bijzonder vindt:

(468) En in de Ramadan, is het Ramadan, dat is een hele mysterieuze maand. Dan zit je in ongelooflijke, hoe zeg je dat? Je hebt een ongelooflijk gevoel in je bewustzijn van religie. Dan weet je dat gewoon. Je bent nu, op een gegeven moment dan wordt het een beetje minder, dan heb je zomervakantie et cetera, et cetera. Het is dan een beetje losser geworden en dan op een gegeven moment heb je dan die 'pats boem!' van 'oh ja, Islam!'

Over het algemeen bidden de meeste respondenten de *salaat* niet in een moskee of gebedsruimte, maar thuis op hun eigen kamer. Alleen islamitische mannen zijn verplicht om op vrijdag de *salaat* in de moskee te verrichten.

Een religieuze praktijk waaraan alle respondenten volgens eigen zeggen voldoen, is het geven van aalmoezen (*zakat*). Daarnaast zijn zij ook bewust bezig met het verrichten van goede daden voor hun medemens. Voor Souad is dit ook een manier om haar zonden te compenseren:

(501) Maar de dingen die uh, de grootste dingen, het vasten, het gebed, aalmoes geven dat soort dingen daar houd ik me dan echt wel aan. (670) Door goede dingen ernaast te doen, hoop ik dat ik het (haar zondes) daardoor ook goed kan maken.

b. Bidden

Wat verstaan onze respondenten precies onder bidden, op welke manieren bidden zij precies en wat is de inhoud van hun gebeden? De vormen van bidden die zij tijdens hun interview noemen, zijn onderverdeeld in de volgende onderdelen: het bidden van de *salaat*; het bidden van smeekbedes; het bidden van lofgebeden of *dhikr*gebeden; het vrij spreken tegen God en het bidden van beschermingsformules.

Het bidden van de sala

Alle respondenten denken bij het woord “bidden” direct aan het bidden van de *salaat*. De *salaat*, de tweede zuil van de islam, is voor moslims verplicht en dient om God te eren. De meeste respondenten verrichten de *salaat* niet vijf keer per dag op de vaste voorgeschreven gebedstijden, maar halen de niet verrichte gebeden later op de dag in als zij thuis zijn. Voor Maryam betekent het bidden van de *salaat* dat zij zich alleen richt op God en niet op haarzelf:

(68) Maar als ik zit, buiten het gebed om, dan ben ik heel erg bezig met mezelf. (...) Want tijdens het gebed ben je meer met God bezig en daarna (...) meer met jezelf.

Voordat de respondenten overgaan tot het verrichten van het *salaat*ritueel treffen zij voorbereidingen om God op de juiste wijze tegemoet te treden. Zij reinigen zich eerst op rituele wijze en trekken passende kleding aan die hun gehele lichaam bedekt. Tamrah beschrijft haar dagelijkse voorbereidingen als volgt:

(324) Je gaat je eerst douchen, wassen en hoofddoek, lange kleren weet je. (326) Ik ga meestal ook gewoon helemaal onder de douche en dan (doe ik) de rituele wassing gewoon. (328) Ik heb toch gewerkt weet je wel, dus dat, om dan alleen je handen en voeten te doen en zo, Ja, dan gooi ik mezelf meteen maar onder de douche, dan hebben we dat ook weer gehad. (330) Ja, (je trekt) bidkleding (aan). Lange jurk, lange mouwen en een hoofddoek. (334) Dat (de bidkleding) doe ik weer uit als ik klaar ben.

Na de rituele reiniging verrichten de respondenten de *salaat* op een gebedskleed richting Mekka. Zoals gezegd, bidden de meeste vrouwen op een gewone school- of werkdag de *salaat* na thuiskomst op hun eigen kamer. Meestal bidden zij dit ritueel dus alleen. Farida, Ikram en Ouafa bidden de *salaat* ook als zij zich buitenshuis bevinden. Om dit ritueel uit te kunnen voeren, zoeken zij in de omgeving waar zij op dat moment verblijven een geschikte ruimte, zoals een moskee of plaatselijke gebedsruimte. Omdat zij zich vooraf moeten reinigen, vraagt dit enige voorbereiding. Daarom draagt Farida altijd kleding die haar lichaam geheel bedekt en maakt zij zichzelf niet op. Zo kan zij overal waar zij zich bevindt de *salaat*gebeden

zonder veel moeite op de vaste tijdstijden verrichten. Anderen, zoals Ikram, nemen in hun tas geschikte kleding en een gebedskleed mee. Deze vrouwen kijken regelmatig op hun horloge of laten zich via hun telefoon herinneren aan de aanvang van een gebedstijd, waarna zij zich vervolgens ritueel reinigen en een geschikte plek zoeken om zich voor het gebed terug te kunnen trekken.

De dertien respondenten verrichten de *salaat* door in het Arabisch vastgestelde en vrij te kiezen koransoera's te reciteren, terwijl zij de voorgeschreven sta-, buig- en kniel- en vooroverbuigbewegingen uitvoeren. Zij beginnen het *salaat*gebed altijd met de openingssoera het "*al-fatiha*"²¹. Dit openingsgebed wordt tijdens de *salaat* verschillende malen herhaald en gecombineerd met andere koransoera's. Het "*al-fatiha*" gebed geeft aan dat zij zich aan God toevertrouwen, Hem loven, dienen en een beroep doen op Zijn hulp. Souad zegt over de wijze waarop zij de *salaat* bidt het volgende:

(405) Je begint altijd met een bepaalde vers die gebruik je bij alle gebeden dus ook alle vijf gebeden op een dag. (406) Bismala rahmani enz. (407) Ja al-fatiha, zo heet dat vers, uit de koran het eerste vers. (411) En daarna is het aan jouzelf welke andere verzen je wilt gebruiken. En dat mag je afwisselen. (418) Er zijn er heel erg veel. En welke je zeg maar uit je hoofd kent, die kun je dan ja opnoemen. (424) (...) bij het ochtendgebed heb je twee rakat, zo noem je dat dus dan zeg je de fatiha, een vers en bij de volgende weer de fatiha en nog een vers. (430) Ja en dan twee rakat, dat is dan fatiha, vers, fatiha, vers. Bij het middaggebed zijn er vier rakat, maar dan doe je de eerste twee fatiha en vers, en de laatste twee doe je alleen de fatiha. (434) Ja, ik heb een paar verzen geleerd, de makkelijkste, die zijn blijven hangen. (436) Dus die gebruik ik en die wissel ik dan af.

Een *salaat*gebed kan tussen de vijf tot tien minuten per keer duren. Dit hangt van de lengte en hoeveelheid gebeden af. Soms verricht een respondente tijdens de *salaat* extra gebeden, zoals lofgebeden.

In principe kunnen elke dag dezelfde combinaties koranverzen gereciteerd worden, maar vooral de respondenten die gericht zijn op aanbidding van God vinden het belangrijk om meer variatie in hun gebed te brengen. Zij wisselen de vrijwillig te kiezen koransoera's regelmatig af. Dit doen zij bijvoorbeeld door nieuwe gebeden aan te leren die zij via hun iPhone of iPod aflezen. Via deze hulpmiddelen worden zij ook geattendeerd op de vaste gebedstijden. Ook kunnen zij zo de Nederlandse vertaling van de gebeden lezen. Dit is handig voor de moslima's die het Arabisch niet goed beheersen, zoals Khadija aangeeft:

²¹ Zie noot 7 in hoofdstuk 2, paragraaf 2.5.

(236) (...) ik reciteer wel in het Arabisch, maar ik weet helemaal niet wat ik zeg. Ik weet wel dat de intentie goed is, wel de hoofdlijnen ken ik, ja, weet ik wel wat er gezegd wordt, maar ik kan het zo niet voor je vertalen. Ja, ik ben er gewoon van overtuigd dat wat ik zeg goed is.

Soms raadplegen de respondenten Nederlandse vertalingen van de koran om de inhoud van de soera's beter te kunnen begrijpen.

Het bidden van smeekbedes (doua)

Alle dertien respondenten doen regelmatig een smeekbede, "doua" genoemd. Tijdens de *salaat* kan een moslim God een persoonlijk verzoek doen in de vorm van een *doua* (smeekbede). Deze smeekbede wordt uitgesproken tijdens de diepe vooroverbuiging bij de *soujoud*, of aan het eind van het *salaat*gebed. Er worden echter ook buiten de *salaat* smeekbedes uitgesproken. Farida spreekt de gehele dag door smeekbeden uit:

(81) de hele dag door ben ik altijd wel bezig met smeekbedes. Doua bij het uitgaan, het ergens naar binnen gaan, en ook tijdens het gebed zelf zeg maar, aan het einde van het gebed, ja tijdens het gebed zelf, kun je ook zeg maar eh, smeekbedes verrichten. (305) En het is een soort van, ook een soort van automatisme geworden zeg maar, dat je het gewoon achter elkaar zegt.

De respondenten vragen God in hun smeekgebed op allerlei momenten om vergeving van zonden, rust, steun, verdieping van hun geloof, gezondheid voor henzelf, hun dierbaren en alle andere moslims op aarde. Voor hun overleden dierbaren vragen zij om rust in het graf, toelating in het paradijs. Ook spreken zij de wens uit dat zij elkaar terugzien in de hemel. Najoua verwoordt op kenmerkende wijze hoe smeekbedes worden geformuleerd:

(154) smeekbedes vooral eigenlijk, op het laatst zo en tijdens het (salaat)gebed, en dan vraag ik meestal om (...) vergiffenis, altijd voor al mijn zondes. En eh, laat het sterker worden, het geloof in mij laat dat sterker worden. Dat vraag ik ook altijd. En laat ons gewoon de goede weg, de goede weg volgen. Laat eh, (denkt even) ... zeg maar de duivel (lacht even), zeg maar, ver van mij vandaan blijven. En laat mij het goede doen. En ik vraag ook altijd voor mijn familie en zeg maar dierbaren, zeg maar het goede. Of als ik bid en weet dat iemand ziek is, vraag ik om zeg maar genezing. Dat zijn echt smeekbedes.

Het bidden van smeekbedes kan volgens onze respondenten bestaan uit het uitspreken van gestandaardiseerde gebedsformules of het op een vrije manier God iets persoonlijks vragen. Dit laatste doen zij vaak in het Nederlands, omdat zij in deze taal hun emoties het beste kunnen uitdrukken. Zij zijn van mening dat God alle talen verstaat, Hij weet wat zij denken en voelen. Op de vraag of zij tijdens haar

gebed praat met God, zegt Khadija dat er bij haar geen sprake van interactie met God is:

(210) nee, het voelt niet echt als praten met God. Tenminste niet, misschien eerder 'tegen', niet in interactie met. Maar je zegt inderdaad iets tegen Hem, of je deelt iets mee, of je vraagt iets, zonder dat er iets van interactie terugkomt. Ja, dat komt er dan uiteindelijk wel door allerlei tekenen, tenminste, die ik dan als teken beschouw, krijg ik dan wel een soort van antwoord, maar niet zozeer dat je echt...

Sommige respondenten leren specifieke smeekbedes aan die geschikt zijn voor speciale gelegenheden. Het *Istikharagebed* is hier een voorbeeld van. Dit smeekgebed wordt gebruikt om God om "tekenen" te vragen bij het nemen van belangrijke besluiten, zoals de keuze voor een huwelijkspartner, een baan of reis. Verschillende respondenten verrichten dit gebed weleens, anderen hebben er van gehoord, maar hebben er zelf geen ervaring mee.

Het bidden van lofgebeden (dhikr)

Acht respondenten doen speciale lofgebeden om God te eren of te bedanken. Chaima spreekt deze gebeden bijvoorbeeld uit als zij ontroerd is door de schoonheid van de door God geschapen natuur. Sommigen herhalen deze korte lofgebeden bijvoorbeeld dertig keer tijdens of na afloop van het *salaatritueel*. Deze gebeden gaan vaak gepaard met dankbare gevoelens naar God. Souad zegt hierover:

(473) na mijn gebed dan bedank ik Hem. Ja dan noem ik Hem bij verschillende namen, er zijn. (475) Ja almachtige en die, euh, hoe noem je dat, vergevingsgezinde, Hij heeft heel veel verschillende namen (477) De negenennegentig namen en ja (479) Ja om hem te eren, te prijzen en te bedanken. Dat je het ook waardeert, dat doe ik dan wel maar met echt grote gebeurtenissen (480) En loven en ja dat doe ik. (482) Ja als ik dan mijn rijbewijs in één keer haal (...) (484) Dat bedank ik, dan zeg ik dat gewoon zo in mijn hoofd. (517) Alhamdoelillah, zeg maar God zij dank, dat gebruik ik heel vaak op de dag. Of Inshallah. Dat betekent als God het wil. (519) Dat zijn echt woorden die ik heel vaak gebruik en die komen dan echt uit mijn hart en die meen ik dan ook. (521) Dus daardoor ben ik gedurende de dag dus wel in contact met God.

Lofgebeden worden ook verricht als de *salaat* niet gebeden mag worden tijdens de menstruatie in verband met rituele onreinheid.

Vrij spreken tot God

Negen respondenten richten zich ook buiten de *salaat* en het smeekgebed tot God. Zij spreken God dan in hun eigen woorden aan als zij op een bepaald moment even aan God denken. Dit doen zij bijvoorbeeld in bed, bus, of trein of als zij ergens moeten wachten. Zij ervaren dit niet als een gesprek, maar meer als het aan God vertellen wat zij voelen of meegemaakt hebben. Yousra zegt over het toespreken van God:

(432) ... gewoon echt in je hoofd (praat je tegen God) voor het slapen gaan, dan sta je daar gewoon even bij stil, bij je dag of bij vragen die je hebt gehad. (440) Dat (jezelf tot God richten of iets vragen) kan altijd ook even als je in de trein zit, of je denkt er even aan, ja dat kun je eigenlijk in principe gewoon altijd.

Het bidden van beschermingsformules

Zes respondenten (Farida, Chaima, Ikram, Ouafa, Houda, Assia) houden kwade invloeden en de duivel op afstand door het uitspreken van vaste smeekbedes of het aanroepen van God. Farida beschermt zichzelf altijd door middel van de recitatie van de "*ajat al koersie*". Zij doet dit bij het ontwaken, voorafgaand aan de *salaat* en bij het verlaten van het huis. Daarnaast roept zij God altijd aan als zij een ruimte betreedt²², bij het bezoek aan het toilet, als zij op straat loopt of ergens moet wachten. Zij voelt zich zo de gehele dag door veilig, ook op de momenten buiten de vijf *salaat*gebeden.

De volgende aanroepingen worden vaak gebruikt: de geloofsbelijdenis -dat er maar één God is en dat Mohammed zijn profeet is-, *Soebhan Allah* (geprezen is Allah), *Alhamdoelillah* (alle lof aan God), en *Allahoe akbar* (God is groot), *Bismillah* (in naam van God). Assia zegt hierover:

(430) Ik heb wel de neiging, dat heb ik nog steeds, dat doe ik altijd als ik een huis binnenga gewoon zeggen: "*Bismillah*" weet je wel? (432) dat betekent gewoon 'in de naam van Allah'. Ik heb het gewoon geleerd, van als je een huis (betreedt)... (434) Ik geloof dat er overal geesten zijn, zeg maar. En dat je dan in de naam van Allah binnenkomt, van 'goed volk'. (Lacht).

Naast het bidden maken de dertien respondenten ook gebruik van andere religieuze praktijken. Zij reciteren en lezen de koran, luisteren naar koranrecitaties en raadplegen religieuze bronnen. Sommige respondenten volgen cursussen over de islam om hun kennis te verdiepen. Wij zullen dit nader toelichten.

c. Het verrichten of het beluisteren van koranrecitaties

Zeven respondentes geven aan dat zij regelmatig naast hun *salaat*gebeden zelf koranrecitaties verrichten of deze beluisteren. Zij associëren dit met rust en ontspanning. Volgens Ouafa verzacht dit haar hart:

(586) ... dat verzacht je hart ook als je vaak naar de koran luistert. Dat verzacht je hart, dat zorgt dat je hart gewoon rust krijgt.

d. Het raadplegen van religieuze bronnen

Zes respondenten geven aan dat zij regelmatig de koran, of de overleveringen over de profeet van Mohammed en de uitleg van geloofsvoorschriften door moslim-geleerden raadplegen. Sommigen zoals Khadija, lezen vooral tijdens de maand

²² Om zo eventuele aanwezige geesten of de duivel af te schrikken.

Ramadan in een Nederlandse vertaling van de koran. Assia heeft moeite om de *salaat* met regelmaat te bidden en zij distantieert zich ook van strenge opvattingen over de islam. Zij probeert echter wel dagelijks iets over de islam te lezen:

(99) Want ik probeer elke dag wel iets te doen, dat is ook wel dat ik boeken lees, wat diepere informatie zoek. (337) dat je gewoon weet wat het wás. Maar nu weet je het gewoon niet. Je kunt de koran lezen en als ik het gewoon, als ik een tekst zie van de koran en ik begrijp het een beetje in het Arabisch, of ik lees het gewoon in de Nederlandse vertaling erbij, dan kan ik gewoon denken van 'oh! het hoort zó te zijn'. Maar dan krijg je weer de overleveringen enzo en die zijn dan heel anders.

Layla en Maryam, verwijzen niet naar officiële religieuze bronnen, maar naar een boek over rouwverwerking dat door een islamitische psycholoog is geschreven.

e. Deelnemen aan religieuze activiteiten

Ikram en Ouafa verdiepen hun religieuze kennis door deel te nemen aan een cursus over de islam. Ikram zegt hierover:

(84) Na de zomer heb ik een cursus gevolgd vorig jaar. Die cursus heette: "De koran van kaft tot kaft". Dus dan hadden we de hele koran in het Nederlands ja eigenlijk bestudeerd. Dus niet het leren reciteren maar puur wat er staat. En wat is de reden van de openbaring van deze vers. Dat was wel heel interessant. (795) (...) die man die vertelt ook heel veel achtergrondinformatie er over, en heel veel dingen erom heen, waardoor je het gaat begrijpen.

4.3.3.6. Contact met geloofsgenoten: verbonden maar ook kritisch

Welke belang hechten de dertien respondenten aan hun contact met geloofsgenoten? Uit de interviews blijkt dat acht respondenten regelmatig (a.) religieuze opvattingen uitwisselen met geloofsgenoten. In dit contact met medegelovigen voelen verschillende respondenten (b.) zich hecht verbonden, terwijl anderen zich juist (c.) distantiëren van wat andere moslims over de islam vertellen.

a. Het uitwisselen van religieuze opvattingen met geloofsgenoten

Acht respondenten zeggen dat zij religieuze opvattingen uitwisselen met geloofsgenoten. Het gaat hier om zaken als: anderen over het geloof vertellen, hen adviseren, of met hen in discussie gaan. Vooral Farida, Chaima, Ikram en Ouafa vertellen hun omgeving vaak over de schoonheid en kracht van islam. Ikram deelt haar kennis over de islam met haar moeder en zussen, die dat erg waarderen:

(116) Maar eh, als ik dan eh, in de avond thuis kom van die cursus (over de islam), dan wil ik altijd alles aan mijn moeder vertellen, van ja en dat vond zij geweldig. (132) dan komen ze (haar zussen) er altijd bij en ging ik het vertellen. (134) En nadat ik die cursus heb gedaan eh, was mijn zus ook wel geïnteresseerd. Ja, dus ik denk dat zij ook wel eh, zoiets gaat doen.

b. Het verbonden voelen met geloofsgenoten

Alle respondenten voelen zich verbonden met geloofsgenoten, zoals hun ouders, familieleden of islamitische vriendinnen. Zes respondenten voelen zich ook verbonden met andere geloofsgenoten waar ook ter wereld. Maryam ervaart deze saamhorigheid vooral sterk tijdens de maand Ramadan:

(143) Maar het idee dat iedereen aan het vasten is, maakt mij sterk en dan denk ik 'nou ik sta er niet alleen voor'. Wij moslims vasten allemaal tegelijkertijd op dezelfde periode. Dat heeft een sterke spirituele betekenis. En dat geeft mij de kracht om tóch door te gaan, van 'hé', toch blijven vasten en 'we doen het met zijn allen'. Je vindt daar toch ergens je rust en je kracht in of zo. Dus dat gevoel van saamhorigheid kan ook heel belangrijk zijn.

c. Twijfel, ontevredenheid of distantie tegenover geloofsgenoten

Vijf respondenten geven aan dat zij weleens ontevreden zijn, twijfel voelen of afstand nemen ten aanzien van hun geloofsgenoten. Assia twijfelt over bepaalde opvattingen van geloofsgenoten:

(101) Dan ga je vanzelf denken van, hé, wacht eens even, wat is nu echt geloof en wat is cultuur? Want je ouders weten niet beter dan, het is zo verweven in de cultuur. (...) Dan kom je er later achter, dat is helemaal geen Islam, dat is gewoon cultuur. (282) Dan werd je altijd verteld van: 'dat mag niet van de Islam.' (...) En dan ga je op onderzoek uit, waarom mag ik dat niet? (335) Ik weet niet of dat het is dat me tegenhoudt (om te leven volgens de geloofsregels). De tegenstrijdigheden die ik vind in het geloof en dingen die ik gewoon niet snap en misschien ook niet wil snappen. (365) (...) vrouwen die geen hoofddoek dragen, die gaan naar de hel. Dan denk ik, ja, kom op! We zijn toch volwassen? Zo gemakkelijk gaat dat heus niet hoor.

Ook Ouafa stelt zich kritisch op naar geloofsgenoten die de islam niet juist weergeven.

4.3.3.7. Effecten van religiositeit: zowel positief als negatief

Welke effecten associëren de respondenten met het praktiseren van hun geloof? Er is bij hen zowel sprake van (a.) stressreductie als (b.) stresstoename.

a. Stressreductie

Alle respondenten melden positieve effecten van religiositeit. Zij verbinden hun geloof met positieve gevoelens en ervaringen die hun stress verminderen en hun gevoel van welzijn bevorderen. De islam biedt hen binnen de Nederlandse samenleving een duidelijke identiteit die hen houvast geeft. Volgens Ouafa leert zij van haar geloof dat zij gebeurtenissen beter positief dan negatief kan duiden:

(582) dat moet (de) instelling ook zijn van een moslim. Positief ingesteld, niet altijd het slechte naar voren halen. Dat heeft geen nut. Je verspeelt je tijd er alleen maar mee.

Het effect hiervan op haar is dat zij zich minder zorgen maakt. Ook andere respondenten voelen zich beter door bepaalde religieuze opvattingen. Zo denken zij vaak als zij zich ergens zorgen over maken, dat God voor alles een reden heeft, dat er goede en slechte tijden zijn en dat het uiteindelijk wel goed zal komen.

Zij voelen zich ook prettig als zij denken aan de schoonheid van de islam en de aanwezigheid van God. Dit roept bij hen positieve gevoelens op zoals ontroering, geborgenheid en dankbaarheid. Ook religieuze handelingen versterken hun gevoel van innerlijke rust en kracht, zoals bij het reciteren van de koran of het luisteren naar koranrecitaties. Chaima verwoordt dit als volgt:

(426) Dat (het luisteren naar recitaties) geeft mij in ieder geval heel veel rust en kracht. En het is heerlijk gewoon om even die positieve emotie eruit wauw! En wat er ook wordt gezegd is zo zuiver, woorden en oprechte woorden en dat het mij in ieder geval enorm veel raakt.

Ook de effecten van bidden, duiden de respondenten vooral met het woord “rust”. Zij vinden het *salaat*ritueel rustgevend, terwijl smeekbedes hen een gevoel van opluchting geven. Vervolgens voelen zij zich beter, zoals Khadija aangeeft:

(216) als ik aan het bidden ben, (...) heb ik het gevoel dat ik héél dichtbij Hem (God) ben. (218) Ja, het bidden is voor mij een uitlaatklep, maar ook een soort, ja een investering in wat gaat komen hierna. (220) Met dat doel hoofdzakelijk. Maar ook wel als een soort veilig ritueel waar ik mijn ei kwijt kan, waar ik mijn problemen bij kan neerleggen. Maar ook mijn hoop kan uitspreken, (220) ook eens God kan bedanken wat goed is gegaan. (222) Ja, heel geruststellend, heel veilig, heel voldaan gevoel. Heel vertrouwd, ik kan het ook volledig loslaten dan.

Naast het rustgevende, ontspannende effect dat ontstaat bij het uitvoeren van het *salaat*ritueel, geeft dit ritueel ook gemoedsrust, omdat deze moslima's iets doen voor God en op deze wijze werken aan hun plek in de hemel. Er ontstaat ook een gevoel van voldoening als zij de *salaat* op tijd bidden. Dit vermindert hun schuldgevoel naar God en hun angst voor de hel. Souad vindt het daarom prettig om de *salaat* op tijd te bidden. Het doet haar ook goed om de andere voorschriften uit te voeren:

(490) En dat (op tijd bidden) voelt dan ook heel fijn, heel prettig. Dan heb ik het keurig op tijd gedaan. En eh, dan ben ik gewoon vrij. (501) (...) de grootste dingen, het vasten, het gebed, aalmoes geven dat soort dingen daar houd ik me dan echt wel aan. Dat zit in ieder geval wel goed. (503) En dat geeft ook een rustgevend gevoel in mijn leven dus dat zit goed. Daar voel ik me zeker over: dát zit goed.

Volgens Najoua wordt zij rustiger als zij de *salaat* op de vijf vaste gebedstijden bidt:

(180) (...) als je meer bidt en op tijd bidt, (...) je wordt er veel rustiger van hè. Wat meer verbonden met Allah denk ik.

Het “doen waar God van houdt” versterkt de zelfwaardering van de dertien geïnterviewde respondenten. Door het praktiseren van de islam hebben zij het gevoel dat zij met iets goeds bezig zijn, gedrag dat zowel God als hun ouders waarderen. Daarnaast hopen zij door het praktiseren van de islam meer kans te maken op het paradijs. Ook ervaren zij zo de verbondenheid met geloofsgenoten elders in de wereld. Maar ondanks deze positieve effecten van religiositeit, treden er soms ook spanningen op.

b. Stresstoename

Elf van de dertien respondenten geven aan dat zij soms ook stress krijgen door hun religie. Alleen Layla en Maryam hebben hier geen last van. Het gaat daarbij om spanningen die ontstaan als zij hun religieuze geboden niet goed opvolgen of verboden overtreden. Vooral degenen die bang zijn dat God hen vanwege zondig gedrag naar de hel zal sturen of de vrouwen die hun geloof zo zorgvuldig mogelijk willen praktiseren, hebben last van dergelijke spanningen. Het gaat om de respondenten die al eerder genoemd zijn bij de categorieën: “Gevoelens van onzekerheid/angst over de hel” en “Berouw/ schaamte/ schuld voelen naar God”. Ouafa, Yousra en Souad maken zich bijvoorbeeld zorgen om de zonden die zij hebben begaan door het zoenen met een vriend. Anderen voelen zich schuldig naar God als zij hun *salaat*gebeden niet met volledige overgave en concentratie bidden. Farida voelt zich hier heel onprettig bij:

(277) Eh, ja, wel, uh, ja ik voel me schuldig, ik voel me dan niet helemaal lekker want dan weet ik gewoon dat ik het straks moet inhalen. Daar voel ik me nooit goed bij. (345) (...) het (de influisteringen van de duivel) is gewoon hè, ja heel irritant. Want je wilt gewoon je gedachten er bij (bij de salaatgebeden) houden en zo, weet je wel, maar soms is het sterker gewoon en ja, dan eh, frustreer je je daar héél enorm om.

Dergelijke frustraties en schuldgevoelens bij het *salaat*gebed worden ook door andere respondenten genoemd. Khadija voelt zich dan heel slecht en schuldig naar God. En Yousra geeft aan dat zij bang is dat zij deze “slechte” gebeden nooit meer kan inhalen.

Sommige respondenten voelen zich schuldig naar God als zij geen zin hebben om de *salaat* te bidden, zoals Assia die er steeds niet toekomt om dit rituele gebed uit te voeren. Anderen vinden het naar als zij nalatig zijn geweest bij het uitvoeren van dit gebedsritueel. Souad geeft een ander voorbeeld van de stress die kan optreden rondom het bidden van de *salaat*. Zij ziet er soms tegen op om na thuiskomst alle *salaat*gebeden die zij nog moet inhalen achter elkaar te bidden:

(490) Maar als ik het (op tijd bidden van de salaat) niet heb gedaan op tijd, dan schuif je het allemaal op. En dan voelt het best wel zwaar als je thuiskomt, dat je dan je wassing moet doen en je die hele reutemeteut nog moet bidden. (601) En dat is behoorlijk veel en dan doe je het snel, snel om uiteindelijk snel klaar te zijn.

(577) Maar omdat je weet, omdat het als een verplichting vanuit jezelf voelt, het moet gedaan worden, ik moet een gebed doen, uh, kan het soms heel lang, lijkt het of het heel lang zal duren terwijl het op zich zo klaar is. Ja, dus als je dan vrij bent (in verband met haar menstruatie), ja dan vind ik het wel lekker. Je hebt gewoon even geen verplichting. (579) Ja het is gewoon hetzelfde gevoel alsof je ja, vrij bent van school of van je werk. (581) Zo van ik heb effe lekker niks.

Ikram ervaart rondom de *salaat* een ander soort van spanning. Zij is zo gewend om dagelijks op tijd de *salaat* te bidden, dat het voor haar ongemakkelijk voelt als zij van deze religieuze plicht ontheven is tijdens haar menstruatie:

(464) Ja, omdat je er (aan het op tijd bidden van de salaad) toch de hele tijd aan denkt. (675) Het (tijdens menstruatie) voelt alsof je nog iets eh, moet doen en dat het de hele tijd dat in je gedachten zit van o, dit moet ik nog doen. En dat je pas kan rusten totdat je het hebt gedaan.

De wijze waarop de respondenten deze religie gerelateerde stress hanteren, wordt in de paragraaf 4.4.2. over coping toegelicht.

4.3.3.8. Beantwoording van de eerste onderzoeksvraag

De eerste onderzoeksvraag: “wat kenmerkt de religiositeit en met name het bidden van de hoogopgeleide moslima’s van Marokkaanse afkomst?” kan op basis van de analyse van dertien interviews als volgt beantwoord worden.

Alle respondenten zijn in sterke mate op hun religie georiënteerd. Deze sterke religieuze oriëntatie komt overeen met hetgeen zij van hun gelovige ouders hebben meegekregen. De dertien geïnterviewde moslima’s verwoordden een islamitisch wereldbeeld. Zij hechten veel waarde aan hun islamitische identiteit. Zij proberen hun geloof zo goed mogelijk te praktiseren. Zij geloven in Allah, de profeet Mohammed, de koran, engelen, de duivel, geesten en het hiernamaals. Zij leven volgens de vijf islamitische zuilen, spreken de geloofsbelijdenis uit, bidden de *salaat*, geven aalmoezen (*zakat*), vasten tijdens de maand Ramadan, willen ooit op *hadj* en zij streven naar het verrichten van goede daden ten behoeve van hun medemens. Zij geloven in Gods wil en het lot, maar stellen zich niet op een passieve wijze afwachtend naar God op, omdat God hen immers de vrijheid heeft gegeven om hun eigen keuzes te maken. Zij geloven dat God hen na hun overlijden zal beoordelen op basis van het gedrag dat zij tijdens hun aardse leven hebben vertoond. Hoewel zij God als almachtig en groots beschrijven, voelt Hij in de privacy van hun gebed heel nabij, betrokken en vertrouwd. Zij voelen zich over het algemeen veilig en beschermd door God en geloven in Zijn barmhartigheid.

Alle respondenten vinden het bidden van de *salaat* een essentieel onderdeel van hun geloof. Zij verrichten de *salaat*gebeden omdat zij in dit gebed God willen aanbidden. Het bidden van de *salaat* ervaren zij ook als een investering in het

hiernamaals, omdat zij geloven dat zij door dit gebed zegeningen (*hasanat*) verkrijgen, waarmee zij hun kans op het paradijs vergroten. Daarnaast vragen de dertien respondenten God om steun in hun smeekbedes en soms richten zij zich ook buiten deze twee belangrijke islamitische gebedsvormen tot hun Heer, zoals in lofgebeden, beschermingsgebeden, in aanroepingen of door op een vrije wijze tegen Hem te spreken.

Volgens de dertien geïnterviewde respondenten draagt de wijze waarop zij de islam praktiseren bij aan hun persoonlijk welzijn. Door hun religieuze identiteit beseffen zij wie zij zijn en wat belangrijk in hun leven is. Vanuit hun religieuze opvattingen zijn zij geneigd om positief in het leven te staan. Door hun religiositeit roepen zij positieve gevoelens bij zichzelf op. Zij zijn dankbaar naar God en de islam geeft zin aan hun bestaan. Zo weten zij wat goed voor hen is en wat niet. Hierdoor hebben zij het gevoel dat zij controle over hun eigen leven kunnen uitoefenen. De islam en het contact met God structureert hun bestaan en geeft hen houvast.

Door het navolgen van de vijf zuilen van de islam en het verrichten van goede daden zoals God voorschrijft, hebben zij het gevoel goed bezig te zijn. Dit vergroot hun zelfwaardering. Door te bidden versterken zij hun band met God en voelen zij Zijn aanwezigheid, liefde en aandacht. Het bidden van de *salaat* bevordert innerlijke rust en ontspant hun lichaam. En het geeft hen voldoening en gemoedsrust als zij deze belangrijke religieuze plicht vervullen.

De spanningen die zij door hun religiositeit ervaren, staan in verband met onvrede over het niet goed opvolgen, of het overtreden van religieuze geboden en verboden, waardoor zij zich naar God schuldig gaan voelen en hun angst voor de hel toeneemt. Hoewel er verschillen zijn tussen de respondenten in de mate waarin zij bang zijn voor de hel, is de hel voor deze islamitische vrouwen een realiteit waar zij rekening mee houden.

Sommige respondenten hebben zo'n liefdevol beeld van God, of getuigen van zoveel zelfvertrouwen omdat zij zich gedragen zoals God van hen verwacht, dat zij niet geloven dat God hen naar de hel zal sturen. Andere vrouwen beschouwen hun angst voor de hel juist als een middel om alert te blijven. Door gedachten aan de hel beseffen zij dat het leven kort is en dat zij zich moeten inspannen om een goede plek in het hiernamaals te verdienen. De angst voor de hel houdt deze vrouwen scherp. Zonder deze angst denken zij dat zij er meer "op los" zouden leven, wat schadelijk zou zijn voor hun welzijn op aarde en in het hiernamaals.

4.4. De tweede onderzoeksvraag beantwoord op basis van het categorieënschema B.

De tweede onderzoeksvraag: *“Op welke wijze gebruiken hoogopgeleide moslima’s van Marokkaanse afkomst hun religiositeit en het bidden in het bijzonder bij het omgaan met problemen?”* beantwoorden wij met behulp van een toelichting op het na data-analyse vastgestelde categorieënschema B. Dit categorieënschema is ontstaan na systematische analyse van alle interviews. De wijze waarop wij daarbij te werk zijn gegaan is toegelicht in paragraaf 4.2.3, waarin de procedure van data-analyse is beschreven. Daarbij worden eerst de door de dertien respondenten genoemde typen problemen en spanningen, weergegeven en daarna de religieuze en niet-religieuze copingstrategieën die zij hebben gebruikt om hiermee om te kunnen gaan. Een overzicht van de gevonden probleemvelden en de religieuze en niet-religieuze copingstrategieën en de effecten van deze vormen van coping, worden in het volgende categorieënschema B. gepresenteerd:

Categorieënschema B. Probleemvelden en religieuze en niet-religieuze copingstrategieën

4.1. Kenmerken van probleemvelden 4.1.1. Religie 4.1.2. Opleiding 4.1.3. Familieleden 4.1.4. Vriendschappen 4.1.5. Relaties en partnerkeuze 4.1.6. Discriminatie en kritiek op de islam	
4.2. Kenmerken van religieuze coping 4.2.1. Socialisatie in religieuze coping 4.2.2. Religieuze copingstrategieën 4.2.2.1. <i>Coping door religieuze betekenisgeving</i> 4.2.2.1.1. Gods plan accepteren als beproeving 4.2.2.1.2. Gods plan accepteren als levensles 4.2.2.1.3. God wijst de weg, mens maakt fouten 4.2.2.1.4. Toeschrijven aan duivel/djinn 4.2.2.1.5. Twijfels over God 4.2.2.2. <i>Coping door religieuze gevoelens</i> 4.2.2.2.1. Emotionele geborgenheid en vertrouwen op God 4.2.2.2.2. Berouw voor zondes uiten naar God 4.2.2.2.3. Distantie voelen ten aanzien van het geloof of God 4.2.2.3. <i>Coping door religieuze praktijken</i> 4.2.2.3.1. Bidden <i>salaat, doua, dhikr</i> 4.2.2.3.2. Verrichten/ beluisteren koranrecitaties 4.2.2.3.3. Raadplegen religieuze bronnen 4.2.2.3.4. Deelnemen aan religieuze activiteiten 4.2.2.4. <i>Coping door contact met geloofsgenoten</i> 4.2.2.4.1. Geloofsgenoten geven steun 4.2.2.4.2. Zelf geloofsgenoten steunen 4.2.2.4.3. Vergeven en contact herstellen 4.2.3. Effecten van religieuze coping 4.2.3.1. Stressreductie 4.2.3.2. Stresstoename	4.3. Kenmerken van niet-religieuze coping 4.3.1. Socialisatie in niet-religieuze coping 4.3.2. Niet-religieuze copingstrategieën 4.3.2.1. <i>Coping met behulp van opvattingen</i> 4.3.2.1.1. Positieve herinterpretaties 4.3.2.1.2. Probleemrelativering 4.3.2.1.3. Zelfkritiek 4.3.2.2. <i>Coping met behulp van gevoelens</i> 4.3.2.2.1. Vertrouwen in de toekomst 4.3.2.2.2. Emoties ventileren 4.3.2.2.3. Protesteren, afzetten tegen 4.3.2.3. <i>Coping met behulp van handelingen</i> 4.3.2.3.1. Probleemconfrontatie 4.3.2.3.2. Probleem- en confrontatievermijding 4.3.2.3.3. Afleiding zoeken 4.3.2.4. <i>Sociale ondersteuning: steun zoeken en geven</i> 4.3.2.4.1. Anderen geven steun 4.3.2.4.2. Zelf anderen steunen 4.3.2.4.3. Professionele ondersteuning 4.3.3. Effecten van niet-religieuze coping 4.3.3.1. Stressreductie 4.3.3.1. Stresstoename

4.4.1. Kenmerken van probleemvelden

Welke spanningen en problemen ervaren de dertien geïnterviewde respondenten in hun dagelijks leven? Er zijn de volgende probleemvelden te onderscheiden, namelijk: (1.) problemen op religieus gebied; (2.) problemen in verband met hun opleiding; (3.) problemen in relatie tot familieleden; (4.) problemen in verband met vriendschappen; (5.) problemen rondom relaties en partnerkeuze en (6.) problemen die te maken hebben met de kritiek op de islam binnen de Nederlandse samenleving en het gevoel als moslim gediscrimineerd te worden.

4.4.1.1. Problemen op religieus gebied

Zoals al beschreven is in de paragraaf 4.3.3.7. “Positieve en negatieve effecten van religiositeit”, onder: b. “Stresstoename”, ervaren bijna alle respondenten dat zij soms te kort schieten in het naleven van religieuze geboden, zoals het op juiste voorgeschreven wijze bidden van de *salaat*. Soms is er sprake van stress in verband met het overtreden van religieuze verboden, bijvoorbeeld door intiem contact in het verleden of heden met een vriendje. Dergelijke spanningen worden vooral gemeld door de moslima’s die veel waarde hechten aan het zo goed en getrouw mogelijk praktiseren van hun geloof, of diegenen die bang zijn dat hen vanwege hun zonden na hun overlijden mogelijk de hel wacht. Zo denken de respondenten Khadija, Ouafa, Yousra en Souad tijdens het bidden regelmatig aan de dood en het hiernamaals.

4.4.1.2. Problemen in verband met het volgen van een opleiding

Zoals uit de vorige paragrafen blijkt, is een belangrijk doel voor onze respondenten om hun maatschappelijke ambities te verwezenlijken door het volgen van hoger onderwijs. Veel respondenten ervaren stress rondom het behalen van tentamens of examens, of bij de keuzes die zij moeten maken voor een opleiding of baan. Yousra zegt hierover:

(175) als je het even met je studie niet ziet zitten. (177) ...wanneer krijg ik mijn scriptie nu eindelijk eens een keer af? (...) dat ik me heel erg druk maak over dat soort dingen.

De druk om goed te presteren is groot, vanwege het belang dat zij zelf en hun ouders aan het behalen van diploma’s hechten. Zij willen hun ouders niet teleurstellen en hen trots maken. Een voorbeeld van welke stress hierdoor kan ontstaan, geeft Khadija. Als oudste kind heeft zij het goede voorbeeld moeten geven aan haar jongere broertjes en zusjes. Zij heeft altijd de wensen van haar ouders voor een opleiding gevolgd, maar heeft daardoor erg op haar tenen moeten lopen. Dit heeft bij haar veel stress veroorzaakt:

(66) Maar ik heb soms wel een fase gehad in mijn leven (tijdens haar studie) dat ik soms echt op mijn tenen liep puur om het mijn ouders naar de zin te maken. (70) Ja van dat moet je halen en ook de verantwoordelijkheid niet alleen tegenover mijn ouders, maar tegenover het hele gezin en ik was hét voorbeeld. Ik was tenslotte de oudste. Dus ja, dat voelde soms wel als een druk ja. (72) ik merkte dat ik er zelf niet gelukkig van werd.

4.4.1.3. Problemen in verband met familieleden

Vrijwel alle vrouwen noemen stress door problemen in verband met familieleden, zoals de ziekte, of het overlijden van ouders, grootouders, schoonouders, ooms, tantes, broers en zussen. Zo heeft Maryam haar vader na een ziekbed verloren en Layla haar moeder en broertje bij een auto-ongeluk. Anderen vertellen over het verlies van grootouders of andere dierbare familieleden. Assia betreurt nog steeds het verlies van haar lievelingsoom die zij elke zomer tijdens de vakantie in Marokko heeft opgezocht:

(446) En vooral die oom, dat was gewoon ..., elke zomer gingen we erheen. Dan was het echt van 'wow! nu is hij weg!'. Ik word er helemaal emotioneel van... (446) het is echt al een paar jaar. Twee, drie jaar? (450) (...) hij was echt mijn lievelingsoom.

De dertien respondenten voelen zich nauw betrokken bij het lief en leed van hun dierbaren. Sommige respondenten maken zich zorgen als hun moeder, vader, broers, zussen of andere dierbare familieleden problemen hebben. Zo maakt Najoua zich soms zorgen om haar moeder of haar zus:

(97) Want zij (= haar moeder) kan soms heel erg met dingen zitten, maar het absoluút niet laten zien (...) ik denk gewoon maar je moet dat echt niet doen. Qua gezondheid ook, of problemen die dan spelen hè eh, familieproblemen bijvoorbeeld. Dat ik denk, dat kan je best wel zeggen, nu eh, weet je. Maar zij ziet ons natuurlijk als haar kinderen, nog steeds kleine kinderen (lacht) die haar problemen niet hoeven te zien. (101) (...) mijn moeder is héél erg van het nadenken en piekeren en eh, weet je dingen denken van o, stel dat...

Ouafa noemt spanningen rondom de scheiding van haar ouders. Zij is verantwoordigd over de negatieve reacties vanuit de Marokkaanse gemeenschap naar haar gescheiden moeder toe. Zij heeft zelf ook moeite gehad met de echtscheiding van haar ouders, zoals blijkt uit het volgende fragment:

(182) mijn ouders die zijn gescheiden. (190) (...) vier of vijf jaar geleden. Dat was door omstandigheden. (208) Ik zat er ook mee. Altijd als ik...Ja, ik kwam daar niet heel erg voor uit voor mijn moeder of mijn zusjes, maar als ik eh alleen was, dan merkte ik dat wel. Dat ging echt aan mij vreten en dat soort dingen.

Daarnaast ontstaan er spanningen als de wensen van de respondenten botsen met de verwachtingen van hun ouders. Omdat hun ouders zoveel waarde hechten aan het respectabele gedrag van hun ongehuwde dochters en de res-

pondenten het vertrouwen van hun ouders niet willen beschamen, accepteren zij dat zij over minder bewegingsvrijheid en autonomie beschikken dan veel vrouwelijke leeftijdsgenoten met een andere achtergrond. Dit betekent, zoals Farida aangeeft, dat zij niet zomaar alles kan doen waar zij zelf zin in heeft:

(168) ja in onze cultuur ja kun je niet echt alleen beslissingen nemen. Je moet het altijd wel in overleg met je ouders, weet je wel. Bijvoorbeeld even, eh, op vakantie in je eentje, (lacht) no way! (174) (...) binnen het gezin weet je wel, ja je eigen, heel autonoom zijn, maar dat kan, dat is niet altijd eh, te realiseren zeg maar. Ja ook cultuurverschillen. (184) En zelf heb ik iets van mijn ouders weet je wel, bij het laat thuis komen of zo weet je wel, in de avond en dan zijn ze altijd wel van ja, een beetje voorzichtig. Kijk, je bent de dochter, je bent een meisje, ze zijn altijd wel bang voor eer en zo.

Hoewel de meeste respondenten omdat zij het vertrouwen van hun ouders genieten, wel veel buitenshuis kunnen ondernemen, omdat dit bijvoorbeeld voor hun studie of beroep noodzakelijk is, zijn sommige ouders zo bang voor de reputatie van hun ongehuwde dochter dat zij hen allerlei huisregels opleggen. Een voorbeeld hiervan geeft de zesentwintigjarige Souad, die erg onder de strenge regels van haar vader lijdt. Zij moet altijd om zes uur thuis zijn:

(260) hij (= haar vader) is gewoon heel streng in bepaalde dingen. Met zeg maar het afspreken met vriendinnen, of wat later thuiskomen, is hij heel erg streng en ik heb hem nooit een reden gegeven om mij niet te vertrouwen. Afen toe is dat gewoon heel vervelend. Omdat ik nu ook ja wat ouder ben en dat vind ik gewoon heel lastig omdat ik dan als enige niet bij een verjaardag aanwezig ben. Omdat mijn vader zeg maar niet wil dat ik 's avond laat nog buiten ben. Ja, ik moet zes uur wel thuis zijn.

Sommige respondenten vinden het spannend om de toestemming van hun ouders te verkrijgen voor activiteiten waardoor zij niet thuis kunnen overnachten, zoals bij stages of excursies in het buitenland.

4.4.1.4. Problemen in verband met vriendschappen

Verschillende respondenten noemen spanning doordat hun vertrouwen in een vriendin is geschaad, bijvoorbeeld doordat deze hun geheimen heeft doorverteld aan anderen. Of zij zijn erg in iemand teleurgesteld geraakt. Wat er daarbij precies heeft gespeeld, laten zij tijdens het interview soms in het vage, zoals Houda:

(191) Totdat je uiteindelijk eh, een trap krijgt, uit een heel onverwachte hoek en dan denk je shit, (197) En ik sta voor iedereen klaar en achteraf dan, dan gebeurt er iets, en dan ben je gewoon zo hard ... ja gepakt. Laat ik het nou maar zo zeggen en dan ben jij uiteindelijk degene die gaat janken.

Deze spanningen staan in verband met de angst van sommige respondenten dat hun ouders er achter komen dat zij wel eens met een man uitgaan, of dat er over hen als

vrouw binnen de Marokkaanse gemeenschap wordt geroddeld. Zij willen een goede, respectabele dochter zijn en teleurstelling en verdriet bij hun ouders voorkomen.

4.4.1.5. Problemen rondom relaties en partnerkeuze

Bijna alle respondenten willen graag trouwen en een gezin vormen. Maar omdat de respondenten op het gebied van uitgaan, seksualiteit en relatievorming rekening houden met de taboes en gevoeligheden van hun ouders, kan het vinden van een geschikte levenspartner problematisch zijn. Enkele vrouwen gaan met hun vriend uit, maar dit houden zij voor hun ouders verborgen tot het moment dat deze vriend officieel hun hand komt vragen. Souad geeft aan dat zij door deze familietradities ook kwetsbaar is, omdat er mannen zijn die daar misbruik van maken. Verschillende mannen hebben ooit beloofd om met haar te trouwen, maar hebben hun belofte verbroken:

(35) Ik heb zoveel gekke Marokkaanse jongens meegemaakt (188) En uiteindelijk word ik zwaar teleurgesteld en ben ik verdrietig.

Khadija heeft toegestemd om in het huwelijk te treden met een jongeman, een kennis van haar oom, die zij niet goed kent en die zij vanwege de tradities niet in privacy mag ontmoeten. Dit maakt haar onzeker over haar partnerkeuze, want in hoeverre is hij wel de juiste echtgenoot voor haar? Ook Yousra laat tijdens het interview doorschemeren dat zij nog niet helemaal zeker is over haar vriend.

Daarnaast kan het spanningsvol zijn om te bepalen hoe ver deze moslima's in het intieme contact met een vriend kunnen gaan zonder hun reputatie te schaden. Zoals naar voren komt in het verhaal van Souad en Najoua is er een spanning tussen het ingaan op de advances van een leuke potentiële huwelijkspartner, het behouden van een goede naam en het bewaren van hun maagdelijkheid. Maryam heeft het contact met een vriend verbroken, omdat zij zo kort na het overlijden van haar vader geen aandacht kan opbrengen voor een echtgenoot. Ouafa, Yousra en Souad hebben wroeging om hun zonden, omdat zij gezoend hebben met een vriend, of omdat zij ander intiem contact hebben toegestaan. Chaima is verontwaardigd als een vriend aangeeft dat hij liever trouwt met een vrouw die nog maagd is dan met een gescheiden vrouw die dat niet meer is.

4.4.1.6. Problemen in verband met discriminatie en kritiek op de islam

Er zijn ook respondentes die spanning ervaren omdat zij het gevoel hebben of bang zijn dat zij gediscrimineerd of buitengesloten worden in verband met hun islamitische kleding. Houda meent dat zij sinds haar keuze voor een hoofddoek wordt buitengesloten door medestudenten, die haar daarvoor wel aardig hebben behandeld. Zij merkt ook dat er in de metro mensen zijn die nu niet meer naast haar

gaan zitten. Daarnaast maken jongens in de bus soms discriminerende opmerkingen over haar nieuwe verschijning:

(692) (...) ze (haar medestudenten van Nederlandse achtergrond) moeten ook weer niks van je hebben. Zij kenden mij altijd met los haar, en heel mooi haar en ineens kom ik met een hoofddoek. (694) Van X. wat heb jij nu gedaan! Ga je dat altijd dragen? En wat is er met jou aan de hand en je haar is veel te mooi en weet je dat soort reacties. (732) Vrijdag zaten mijn zusje en ik in de, in de bus, en toen zaten twee jochies achter ons, twee Nederlandse jochies. (...) en meteen was het van (...) o, ik vind dat jullie naar jullie eigen land moeten! O, jullie Marokkanen dit! O, (...) van doe die boerka af en dat soort dingen weet je wel. (...) Dus eh, en ik heb in de metro dat mensen niet meer naast mij zitten. Of dat ze wegtrekken weet je wel.

Een andere stressgevende factor die de respondenten noemen, betreft de kritiek op de islam binnen de Nederlandse samenleving. Vier respondenten maken zich zorgen om de negatieve berichten in de media over de islam. Ikram wordt op haar werk door een collega geconfronteerd met kritische vragen over de islam. Zij gaat een cursus over de islam volgen om beter weerwoord te kunnen geven. Het doet haar pijn als de profeet wordt beledigd. Chaima trekt zich de kritische berichten over de islam in de media en maatschappij erg aan. Daar ligt zij zelfs wakker van. Ook incidenten buiten Nederland raken haar, zoals het hoofddoekenverbod op scholen in Antwerpen. Zij voelt zich door dergelijke berichten als moslima bedreigd in haar vrijheid:

(290) Ja dat houdt mij wakker omdat ik zie dat er veel gebeurt. En dat de mens eigenlijk als het ware beïnvloed raakt door de media. (...) (353) ik ben toch wel heel blij dat ik hier mijn geloof kan uitoefenen. Ik weet wel dat het in Antwerpen heel heftig is (rondom verbod op dragen hoofddoek op school). (...) Dan denk ik nee hoor we gaan ook niet hier beginnen (...) ik word daar wel bezorgd om. (...) En als er zo'n regel zou komen, dát zou ik echt héél erg vinden.

Op welke wijze de dertien geïnterviewde respondenten met dergelijke spanningen omgaan, wordt in de volgende paragrafen behandeld. Daarbij worden eerst hun religieuze copingstrategieën weergegeven en vervolgens hun wereldse manieren van probleemhantering.

4.4.2. Kenmerken van religieuze coping

Welke rol speelt de religiositeit en bidden in de wijze waarop deze dertien geïnterviewde moslima's met hun problemen en stress omgaan? De hoofdcategorie "Religieuze coping" wordt toegelicht aan de hand van de volgende onderverdeling: socialisatie in religieuze coping, religieuze copingstrategieën en effecten van religieuze coping.

4.4.2.1. Socialisatie in religieuze coping: doe altijd een beroep op God

In de interviews geven de respondenten aan dat hun ouders hen adviseren om bij tegenslag of problemen altijd een beroep op God te doen en op God te vertrouwen. Volgens hun ouders heeft God overal een reden voor; stelt God de mens op de proef; moet een moslim geduldig (*sabr*) zijn; hoort tegenslag bij het leven en is het aardse leven minder belangrijk dan het eeuwige leven. Hun ouders zeggen regelmatig dat de mens onwetend is en God over ieders lot beschikt. Deze reacties op problemen, nemen sommige respondenten zelf ook over, zoals Khadija aangeeft:

(120) Met alles, of het nou iets positiefs of negatiefs is, wordt er bij ons thuis gezegd 'nou, dat is Gods wil en dat heb je te respecteren en dat heb je te...ja daar kunnen wij mensen gewoon weinig invloed op uitoefenen'. Dus ja, dat is wel iets wat... En ik merk dat ik zelf het af en toe ook wel op die manier benader. Met betrekking tot mijn eigen problemen dan.

Ouders duiden tegenslag als een beproeving, waarmee God hun standvastigheid in het geloof test. Het gaat bij tegenslag om het ontwikkelen van acceptatie en geduld (*sabr*) om te dragen wat je overkomt. Assia zegt hierover:

(251) (...) we kregen ook wel zinnetjes mee als van 'hoop op God en alles komt ooit goed' en 'er is overal een reden voor'. (255) dat ze (= haar moeder) zegt van 'Alles zit in de handen van God', als het zo is, dan is dat zo. (...) We kunnen niet alles begrijpen. Dus je moet inderdaad vertrouwen hebben en dat neem je zelf dan onbewust, bewust, ja...ik kan zelf geen onderscheid maken tussen wat ik zelf echt doe en wat ik uit ei...ja, in mijn achterhoofd denk je toch altijd van, er is wel een reden voor.

Sommige ouders zijn van mening dat God hun lijden tijdens hun leven op aarde compenseert door hen er zegeningen voor te geven. Bij problemen met anderen zeggen ouders wel tegen hun kinderen dat een moslim moet vergeven en dat het alleen aan God is om een mens te beoordelen. Zij geven ook aan dat het wereldse bestaan van ondergeschikt belang is ten opzichte van het eeuwige leven in het hiernamaals, zoals de moeder van Maryam:

(264) En dan zegt ze weer, ook die religie weer, zegt ze 'ja, dit is alleen maar de Dunya, dit is alleen maar de wereld. En we gaan allemaal weer terugkeren tot God en God, die heeft alles gezien en wie ben ik om -naast God- om iemand niet te vergeven?'

Er zijn ook ouders die hun kinderen waarschuwen, dat zij in de problemen kunnen komen door de kwade bedoelingen of de jaloezie van anderen. Deze personen kunnen bijvoorbeeld gebruik maken van zwarte magie. Daarom geven ouders wel aan dat hun kinderen hun problemen binnenshuis moeten houden, zodat anderen er geen misbruik van kunnen maken.

De respondenten horen hun ouders ook vaak zeggen dat het leven zowel goede als slechte tijden kent, maar dat zij bij problemen altijd een beroep op God moeten doen. Dan reageert iemand ook meer beheerst op problemen, zoals de vader van Tamrah haar heeft geleerd:

(199) dat heb ik vooral van mijn vader dan, als er wat is weet je wel, vraag hulp altijd aan God, want die is er voor ons. (...) Hij ziet wel dat je hulp nodig hebt, maar als je het niet vraagt, dan mag je het zelf oplossen bij wijze van en dat zeggen ze dan. (...) Dat keren tot God. Niet hysterisch als een kip zonder kop gaan rennen voor die problemen maar het beheersen bij jezelf.

Na het overlijden van dierbaren troosten familieleden en geloofsgenoten elkaar door samen te komen, onderling te bidden en elkaar te bemoedigen met behulp van religieuze zingeving. Zij troosten elkaar door middel van verhalen over de overledene waaruit blijkt dat deze zo'n goede moslim is geweest en dat hij of zij nu bij God is. Zij geven aan dat God het tijdstip bepaalt waarop iemand overlijdt en dat tranen de overlevende pijn doen. Soms zeggen geloofsgenoten dat iemand die jong overlijdt juist uit liefde door God wordt gehaald, zoals Assia hoort bij het overlijden van haar oom.

Er wordt ook wel troost gevonden in de gedachte dat de overledene bij God is teruggekeerd en herenigd is met dierbaren, zoals de moeder van Houda aangeeft bij het overlijden van haar eigen moeder:

(369) Maar ze heeft er gauw vrede mee gehad. (371) Ja want ze zei ze ja, is terug naar Allah, want had hiervoor pijn en nu kan ze rusten nu kan ze eindelijk rusten en is ze ook meteen bij haar man.

Onze respondenten horen hun ouders of geloofsgenoten bij problemen of vermoedens van ziekte van dierbaren vaak: "het komt goed" zeggen. Daarbij bedoelen zij dat het met hulp van God uiteindelijk altijd goed komt. Uit de verhalen van de respondenten is op te maken dat deze woorden gebruikt worden om elkaar moed in te praten, of om het geven van slechte berichten te vermijden.

Daarnaast troosten hun ouders zich ook door het uitvoeren van religieuze handelingen, zoals de moeder van Maryam, die regelmatig smeekbedes verricht of aalmoezen geeft ten behoeve van het welzijn van haar overleden echtgenoot in het hiernamaals:

(287, 288) ...dan zitten we opeens en dan doet ze een smeekbede voor mijn vader. Dan zegt ze 'ja ik hoop dat hij een keer eh...'. Of wat je ook kan doen, is zeg maar aalmoes geven aan de armen, of iets goeds doen, of een etentje organiseren voor de armen. Maar dát doen, voor een overleden iemand.

De moeder van Layla vond na het overlijden van haar vader, troost door in de koran te gaan lezen of door naar recitaties te luisteren:

(185) als ik merk dat mijn moeder heel verdrietig is, dan pakt ze gewoon de koran, dan gaat ze lezen. Of luisteren. Dan merk je ook gewoon dat ze heel rustig werd van, daarvan. (205) toen haar vader was overleden, toen, dat was echt ook een heel moeilijke periode voor haar. Dus toen ging ze ook gewoon naar de koran luisteren.

Daarnaast zien de respondenten in hun directe omgeving ook voorbeelden van geloofsgenoten die in tijden van nood veel kracht putten door het contact met God en de islam. Maryam vertelt hoe haar vriendin met een levensbedreigende ziekte is omgegaan:

(288) En zij was heel erg bezig met God, kan ik me nog herinneren. (...) zij zei: 'F. het komt wel goed. Als God het wil, komt het goed'. En 'Allah is bij me' en ze had het continu over geloof. En 'ik heb de hele tijd koran zitten lezen' en ze was heel erg religieus bewust of zo. Wat haar weer die kracht gaf om die operatiekamer in te gaan, voor die niertransplantatie. Ze was héél sterk. (290) Ze werd rustig.

Een ver familielid van Maryam is in Marokko door haar man en schoonmoeder vier jaar lang in huis opgesloten en mishandeld. Uiteindelijk is zij er in geslaagd om naar Nederland te vluchten en heeft zij met hulp van familie een scheiding aangevraagd. Volgens Maryam heeft zij zich in Marokko op de been gehouden door tot God te bidden en in de koran te lezen:

(338) (...) Wat ze dus deed, elke keer, is op tijd bidden, smeekbedes doen en ze las regelmatig de koran en daar vond ze haar rust in. (...) ze zei 'religie, het geloof is wat mij kracht heeft gegeven'. Ze zei 'als ik niet religieus was, dan had ik zelfmoord gepleegd'.

Kortom in de directe omgeving van de dertien respondenten wordt er veel gebruik gemaakt van religieuze coping. In hoeverre zij dit ook zelf doen, staat centraal in de volgende paragrafen.

4.4.2.2. Religieuze copingstrategieën

De religieuze copingstrategieën die de dertien respondenten hebben genoemd in het hanteren van hun problemen, zijn onderverdeeld in coping door religieuze betekenisgeving; door religieuze gevoelens en door religieuze praktijken. Daarnaast gaan we in op de effecten van religieuze coping.

4.4.2.2.1. Religieuze opvattingen: God heeft voor alles een reden

De dertien respondenten maken bij problemen gebruik van religieuze zingeving. Veel respondenten proberen er achter te komen welke bedoelingen God heeft om hen te confronteren met problemen. Met behulp van religieuze zingeving geven zij een positieve betekenis aan nare gebeurtenissen en problemen. Wij hebben bij de categorie "Coping door religieuze betekenisgeving" de volgende subcategorieën onderscheiden: (a.) Gods plan accepteren als beproeving; (b.) Gods plan accepteren

als levensles; (c.) God wijst de weg, de mens maakt fouten; (d.) toeschrijven aan duivel/djinn en (e.) twijfels over God. De inhoud van deze categorieën worden in de volgende paragraaf toegelicht.

a. Gods plan accepteren als beproeving

De respondenten beschouwen tegenslag als Gods plan, als de wil van God. Farida vindt dat zij daarom geduld (*sabr*) moet hebben om tegenslagen te accepteren:

(91) (...) Dan heb ik zoiets van, je moet gewoon geduld hebben, het heeft gewoon zo moeten zijn en ik moet het gewoon accepteren, tegenslagen zeg maar. (188) En als er iets gebeurt, dan is het gewoon voorbestemd. Snap je? Zo, dat is mijn idee er van, ongelukken gebeuren altijd, maar als het het lot is, dan kan je er niks tegen in brengen. Dan heeft het zo moeten zijn. Dan heeft het gewoon moeten gebeuren weet je. Dan is het gewoon Allah's, Gods wil.

De meeste respondenten zoeken naar de reden die God heeft om hen met leed te confronteren. Daarbij zien zij tegenslag als een beproeving die God hen stuurt, zoals Ouafa aangeeft:

(580) Het leven is een beproeving, dus je moet er juist iets goeds uit halen. Of overpeinzen waarom is dit gebeurd? En dan moet je niet gelijk naar het slechte gaan. Dan denk je aan het goede. Wat ik zelf kan doen om goede dingen hieruit te halen.

Ouafa vindt dus dat een moslima ondanks alles een positieve instelling moet behouden, dat is ook wat Farida aangeeft naar aanleiding van het overlijden van haar opa:

(429) (...) Ik moet dat van de positieve kant bekijken. (431) Want eh, hij is nu bij God en het heeft zo moeten zijn. Zijn tijd is gewoon gekomen, klaar. En natuurlijk heb je altijd veel verdriet en zo maar het is ook gewoon een beproeving ook voor jou. Hoe sterk jij daarin blijft. (...) En alleen Allah kan jou het leven geven of terugnemen.

Layla geeft een voorbeeld van hoe zij Gods plan ervaart in relatie tot de beproeving waarmee God haar heeft geconfronteerd. Zij vindt steun bij de volgende troostende verklaringen voor het fatale ongeluk van haar moeder en broertje waarvan zij getuige is geweest:

(211) Ja, dat was voorbestemd. (213) Ehm... De betekenis die ik daar aan geef, is dat mijn moeder bijvoorbeeld op vrijdag is overleden en de vrijdag is een dag, is echt een hele bijzondere dag voor moslims. Het was ook, ze was ook precies tijdens gebedstijd overleden. Dus voor mij is het, de betekenis die ik daaraan geef is dat mijn moeder echt heel erg geliefd is door God. Daarom heeft Hij haar (...) en mijn broertje natuurlijk ook, dus hij heeft hun naar zich toe genomen vanuit deze wereld. (215) Op dat moment. (...) ik had ook zoiets van als 'waarom ben ik ook niet doodgegaan?'

(221) Ieder persoon heeft zijn eigen tijd waarop hij dood gaat. (...) ik bedoel mijn tijd is nog niet gekomen, ik moet mijn leven hier nog afmaken er zijn nog bepaalde dingen die ik nog moet doen.

Layla kijkt dus op deze traumatische ervaring terug als een gebeurtenis waar God een bedoeling mee heeft gehad. God heeft haar moeder en broertje vanuit liefde gehaald, terwijl zij zelf nog op aarde moet blijven omdat zij nog iets moet volbrengen.

b. Gods plan accepteren als levensles

Khadija ervaart de tegenslag die zij heeft ervaren vooral als levensles van God. In eerste instantie heeft zij aan God getwijfeld na het herhaaldelijk zakken voor haar autorijexamen. Maar na een fataal auto-ongeluk van een vriendin, is zij gaan beseffen dat God haar misschien voor erger heeft behoed. Hij heeft haar door middel van tegenslag iets duidelijk willen maken. Door het verongelukken van deze vriendin is zij gaan nadenken over het belang van het hiernamaals. Zij kan immers net als haar vriendin jong sterven. Dit stimuleert haar om meer volgens de islam te gaan leven:

(365) Maar ook het ongeluk (van een vriendin) heeft me, ik kan het eigenlijk ja, zeg maar dat het me ook een beetje wakker heeft gemaakt. Van 'je zult niet altijd hier op deze aarde blijven, dus je moet je leven gaan...je moet je verantwoordelijkheid gaan dragen. Je moet ehm...ja, zin geven aan het leven, dat je nu leidt'.

Khadija en Yousra zijn van mening dat hun relatie met hun vriend is voorbestemd. Souad denkt dat God haar ervaringen met slechte jongens heeft gebracht, om haar iets te leren. Tamrah gelooft dat de oplossingen die zij voor problemen verzint van God komen. Zij ervaart tegenslag als een uitdaging om als persoon sterker te worden:

(393) (God)...is een steun in mijn rug. (395) Ja en ook de leider een beetje in welke kant je op gaat zeg maar, bij wijze van spreken. (399) je gaat er actief achteraan om het (probleem) zo goed mogelijk op te lossen. (...) En ja, de tegenstribbels die je daarin tegenkomt, die neem je dan mee, maar daar word je ook weer sterk van.

c. God wijst de weg, de mens maakt fouten

Een andere manier om problemen met dierbaren te duiden, is de opvatting dat hoewel God de juiste weg wijst, de mens de neiging heeft om fouten te maken. Deze denkwijze steunt Chaima om de teleurstelling van haar echtscheiding en verkeerde partnerkeuze te verwerken. Zij rekent God dit niet aan, omdat het haar eigen fout is geweest:

(125) (...) dan denk ik van, nee ik heb mezelf pijn gedaan. Want ik heb een bepaalde keuze uiteindelijk gemaakt, en eh, het is natuurlijk wel bekend bij God, maar uiteindelijk is het wel mijn keuze geweest om deze stap te nemen om met deze persoon te gaan trouwen. Dus ik zie het niet van o, het is de schuld van God. (175) en zoals ik weet er zijn kwade mensen en er zijn goede mensen en een mens maakt nu eenmaal fouten. Zoals ik fouten maak.

Ook Ouafa geeft aan dat ieder mens fouten maakt, omdat niemand immers perfect geschapen is. Daarbij moet zij als moslima ook kunnen vergeven. Daardoor heeft zij de stap genomen om haar vader te gaan zeggen dat zij hem vergeeft voor zijn aandeel in de echtscheiding met haar moeder:

(195) Je maakt zelf ook fouten dus, wie ben jij om een ander zo in positie te zetten dat je niet hem vergeeft, want je wilt zelf ook vergeven worden. (330) (...) We zijn niet perfect gemaakt. Dus iedereen maakt fouten alleen het belangrijke is dat je berouw toont. Dat je weet dat je fout bent gegaan, dat je spijt betuigt. En dat is het belangrijkste.

d. Toeschrijving aan duivel of djinn

Slechts twee respondenten brengen een probleem in verband met de kwade invloeden van de duivel of een djinn. Zo ervaart Chaima de huidige negatieve beeldvorming over de islam als het werk van de duivel. De andere respondenten noemen de duivel of djinns niet als veroorzakers van hun problemen.

e. Twijfels over God

Opvallend is dat van alle dertien geïnterviewde moslima's alleen Khadija zegt dat zij wel eens getwijfeld heeft aan God. Zoals al is genoemd, is dit gebeurd na het niet behalen van haar rijbewijs:

(272) Ik heb getwijfeld (aan de macht van Allah). Ik heb een fase gehad waarin ik altijd dacht 'waarom ik' en 'waarom moet mij dat overkomen?' en dat ik het gewoon niet begreep, dat ik ook vond dat ik het niet verdiend had, een bepaalde... Ja, dat ik daar wel aan twijfelde. (276) ben ik uiteindelijk vijf keer gezakt (voor haar rij-examen) en dat vond ik vreselijk. En iedere keer weer. Dat was ook de fase waarin ik aan God twijfelde van 'waarom ik?' Waarom uitgerekend ik, moet ik iedere keer zakken? Ik was er gewoon helemaal nou depri van bijna.

4.4.2.2.2. Religieuze gevoelens: emoties uiten bij God

Bij problemen uiten de dertien respondenten hun emoties bij God. Dit geeft hen kracht en vertrouwen. Soms ervaren zij daarbij wroeging en berouw. In een enkele situatie ervaren zij distantie ten aanzien van de islam of God. Er is een onderscheid gemaakt tussen de volgende typen emoties: (a.) emotionele geborgenheid en vertrouwen op God; (b.) berouw voor zondes uiten naar God en (c.) distantie voelen ten aanzien van het geloof of God.

a. Emotionele geborgenheid en vertrouwen op God

Alle geïnterviewde moslima's geven aan dat zij bij problemen Gods nabijheid zoeken en dat dit hen steun en kracht geeft. Hun vertrouwen in Gods hulp is groot, daardoor denken zij dat het wel goed zal komen. Tijdens het bidden storten zij hun hart bij God uit. Dit helpt hen om met hun problemen, frustratie of verdriet om te gaan. Een kenmerkende uitspraak doet Assia. Zij is een tijdje bang geweest voor een ernstige ziekte. Het heeft haar toen geholpen om haar lot in Gods handen te leggen en te vertrouwen op een goede afloop:

(269) Als je eenmaal vertrouwen hebt in God, dan gaat het vanzelf. Je zoekt wel een oplossing, maar je vertrouwt standaard wel van 'alles komt goed'. 'Help me God'. (424) Ja, niet dat het echt het bidden is, maar gewoon het feit dat je gewoon dan zelf ook denkt van 'nu leg ik het even in de handen van Allah'. Dan komt het, ja, dán komt het wel goed.

b. Berouw over zondes uiten naar God

Verschillende respondenten denken naar aanleiding van hun problemen aan hun zonden, waardoor zij zich schuldig naar God voelen en berouw hebben. Farida en Ouafa vinden echter dat als je oprecht spijt hebt van je zonden dat God je zal vergeven, mits je dit gedrag vervolgens niet meer vertoont. Ouafa heeft een innerlijke transformatie doorgemaakt, toen zij zich schuldig naar God en haar moeder is gaan voelen vanwege haar gedrag met een vriendje. Zij noemt dit een keerpunt in haar leven. Tijdens het bidden kan zij soms als zij aan deze relatie terugdenkt, van schaamte en wroeging huilen. Zij creëert dan bij zichzelf "een hart dat volledig is met berouw":

(336) ik creëer voor mezelf een hart, dat volledig is met berouw, dat spijt heeft. (469) Toen ik uh, 18 was toen eh, waren er ook paar dingen in mijn leven gebracht. Toen dacht ik, ik ben niet goed bezig zeg maar. Ja, bepaalde dingen dacht ik, ik ben niet goed bezig. ik moet eh, ik moet veranderen en toen in die periode ben ik meer gaan grijpen naar mijn geloof. (472) Het was omdat ik eh, een relatie had met iemand een jongen en dat was helemaal niet goed voor mij zeg maar. Ja, verkeerde dingen en mijn moeder was er niet tevreden mee. (474) ... ik dacht dat is gewoon afgelopen en toen heb ik gewoon al het contact verbroken want ik ging gewoon weer naar mijn geloof. Dat was gewoon een keerpunt, een keerpunt. (476) Ja, ja...Na het (salaat)gebed, als ik bid dan komen sommige dingen ook terug hè. Sommige zondes ook... dan denk je van dan ga je, direct ook om vergeving vragen. Omdat je dan helemaal, meestal in contact staat met God en een gesprek houdt met God en dan op een punt dan confronteer je jezelf daarmee. (478) Ja, God weet alles. (482) Dan ben je op een heel emotioneel punt dan, dan hef je je handen weer en dan vraag je gewoon om vergeving en dan komen de tranen. (...) dan schaam je je.

Ook andere respondenten vragen tijdens het bidden om vergeving van hun zonden. Souad biedt God haar excuses aan vanwege het zoenen met een vriend en belooft dat zij haar leven zal beteren, als zij eenmaal getrouwd is. Zij hoopt maar dat God

haar zal helpen om snel te trouwen, zodat zij haar ouderlijk huis kan verlaten en zij niet meer door haar strenge vader beperkt wordt in haar bewegingsvrijheid:

(655) ja dat (zoenen) doe ik. En ja daar bied ik dan mijn excuses voor aan (aan God) en eh, en dan hoop ik dan en zeg ik dat het niet zal gebeuren en dan gebeurt het toch. En dan bied ik weer mijn excuses aan. En zo gaat dat, dan zeg ik ook wel, van dan zit het in mijn smeekbedes en dat ik nu met deze jongen... dat ik hoop dat het echt wat wordt dat ik dan mijn leven ook zal verbeteren.

Ook Assia denkt in verband met haar verdriet door het overlijden van haar lievelingsoom vaker aan de hel. Dan voelt zij zich schuldig naar God omdat zij meer haar best moet doen om regelmatig de *salaat* te bidden. Zij smeekt God dat als Hij haar oom in de hemel toelaat, zij zich beter zal gedragen:

(458) Ja. Dan komt opeens al die gevoelens weet je wel? Dan denk je van: "Oh misschien bestaat de hel toch wel", zo echt heel erg en "Kan iedereen naar de hel?" En dan denk je van: "nee! dat wil ik niet voor hem". en dan ga je vanzelf denken van: "Alstublieft, alstublieft! Laat hem. Ik ga mij beter gedragen, laat hem er in".

c. Distantie voelen ten aanzien van het geloof of God

Sommige respondenten hebben zich tijdens een moeilijke periode minder op God en de islam gericht. Chaima en Ouafa zijn in een periode zo door hun problemen in beslag genomen dat zij even geen contact met God hebben gezocht of zich in de islam hebben verdiept. Soms voelen zij zich nog schuldig dat zij God toen in de steek hebben gelaten. Ouafa zegt hierover:

(584) Want als je God in de steek laat dan ben je er (met het geloof) niet meer mee bezig. Ik heb een tijd gehad zo na de echtscheiding (van haar ouders), dat ik eh... een maand of zo zelfs langer, (God) gewoon niet benader, niet lees, niets hoor.

4.4.2.2.3. Religieuze praktijken: veel bidden om steun en kracht

Als zij problemen hebben, verrichten de dertien respondenten verschillende handelingen die zij ondersteunend vinden. Wij hebben daarbij de volgende strategieën onderscheiden, namelijk: (a.) het bidden van *salaat*, *doua*, of *dhikr*; (b.) verrichten of beluisteren van koranrecitaties; (c.) raadplegen van religieuze bronnen en (d.) deelnemen aan religieuze activiteiten.

a. Bidden van salaar, doua, dhikr

Alle respondenten ervaren het bidden van de *salaat* als een middel om het piekeren over hun problemen te verminderen. Zoals in paragraaf 4.3.3.7 is beschreven, komen zij door het verrichten van dit ritueel tot rust, waardoor zij beter in staat zijn om hun probleem vanuit een zekere distantie te bekijken. Daarnaast vragen zij steun aan God in de vorm van vaste of vrij geformuleerde *doua*, smeekbeden. Zo spreken zij bij nare gebeurtenissen of problemen een smeekbede uit als: "God sta mij bij of God

help mij". Deze smeekbedes kunnen op ieder moment worden uitgesproken, of juist een onderdeel uitmaken van het dagelijkse *salaatritueel*. Vooral direct na de vaste *salaatgebeden* is er ruimte om gevoelens en gedachten die betrekking hebben op problemen uitgebreider bij God te uiten. Houda vertelt hoe zij dit doet:

(287) Als ik eh, als ik mijn hoofd op de grond doe, dan, dan zeg ik al wat. Maar niet een heel verhaal natuurlijk. Maar gewoon heel kort van Allah zegen mij. Ik heb een moeilijke periode en eh, ik heb Uw steun nodig. En als ik klaar ben met het bidden en ik ga doua doen, dan komt het hele verhaal. En af en toe huilen en eh, dan komt er alles uit. (321) Nou ik begin gewoon met van Allah ik vraag hulp, ik heb het nou even moeilijk, maar op een gegeven moment ga ik dan huilen, en denk ik weet je wat, ik gooi er dan gewoon alles uit. Allah begrijpt mij wel. Het maakt niet uit hoe ik het vertel, Hij begrijpt mij. (323) En dan gooi ik er gewoon alles uit. Maar het is niet dat ik dat op een bepaalde manier doe of zo. (325) Ja dan zeg ik ja, van dit, dit, dit is gebeurd, dit, dit, dit heeft me geraakt, dit en dit zijn de personen die mij hebben gekwetst en wat moet ik nu doen en eigenlijk wil ik dit doen maar dat lijkt me ook weer zo en wat moet ik doen, weet je wel ... (644) Nou ja als ik mij gewoon echt helemaal beroerd voel en ik kan er gewoon echt niet meer tegenaan dan bid ik gewoon een extraatje.

Ook andere respondenten ervaren het als steunend om als zij problemen hebben om in hun smeekbedes bij God hun hart te luchten. Zo zegt Souad over haar liefdesverdriet:

(532) En als ik dan zo'n teleurstelling mee heb gemaakt, (...), dan heb ik na mijn gebed dus even zeg maar een gesprek met God, maar dan zeg ik, ik ben verdrietig en ik vind het jammer dat... en van waarom Allah, waarom het verkeerd is gegaan en ja en ik was echt serieus met deze jongen en ja het is niet anders en ik hoop dat ik nu wel een goede persoon tegenkom en dat soort dingen.

De respondenten doen ook smeekbedes voor overleden dierbaren, dat zij in de hemel toegelaten mogen worden of dat zij elkaar weer in de hemel mogen ontmoeten, of om steun te vragen in een moeilijke periode, of bij keuzeproblemen ten aanzien van een huwelijkspartner. Maryam vertelt hier het volgende over:

(27) ik doe altijd een smeekbede voor mijn vader, dat we ooit bij elkaar komen en dat hij in de hemel terechtkomt. (52) en dan doe ik ook een smeekbede van 'God, ik zit nu in een hele moeilijke periode, ik weet echt niet wat ik met mezelf aan moet, geef me een "iets", een "leidraad" een "weg" die ik kan bewandelen of een...ja een "iets" een "hint" of wat dan ook, zodat ik eindelijk verder kan. Want ik heb het gevoel dat ik hier helemaal vastzit. (306) (...) als je zeg maar twijfelt over een huwelijk, heb je ook een smeekbede. (308) Maar toen dacht ik weet je, laat ik maar een keer dat gebed (= Istikharagebed) bidden en misschien, ik ga kijken of het klopt of zo, of dat ik het gevoel krijg dat ik het (dit wil zeggen trouwen) wel moet doen, of juist niet.

Layla vraagt altijd Gods hulp als het verdriet om het verlies van haar moeder en jongere broer haar te veel wordt, zij vraagt dan bijvoorbeeld in een smeekgebed of God “het verdriet van haar wil wegnemen”:

(397) Als ik bijvoorbeeld aan het huilen ben of heel erg verdrietig ben. Of wat ik wel eens heb, bijvoorbeeld van die perioden dat ik echt heel erg verdrietig ben, echt intens verdrietig. Maar...dat verdriet komt gewoon ineens. En dan vraag ik aan God of Hij me wil helpen, of Hij me dan daar uit wil ja, dat gedeelte voor me weg (wil) nemen.

Layla verricht ook smeekgebeden voor anderen, zoals voor haar jongere broer die veel problemen heeft met de politie en justitie. Zij vraagt God in haar gebed of Hij haar broer uit de criminaliteit wil halen. Zij vraagt God ook of Hij kan laten zien aan Nederlanders dat de islam een mooi geloof is.

Hoe ervaren de respondenten de steun van God tijdens en na het bidden? Tijdens het gebed ervaren vrijwel alle dertien moslima's dat God aandachtig naar hen luistert. Zij kunnen Hem alles vertellen en beseffen daarbij ook dat God eigenlijk alles al weet omdat Hij immers al hun intieme gedachten en gevoelens kent. Houda heeft zelfs het gevoel dat God beter naar haar luistert als zij zich van anderen afzondert om te bidden:

(277) (...) als ik bid, dan ga ik liever in mijn eigen kamer zitten. Ik wil niet dat ik anderen om mij heen heb, maar gewoon in mijn eigen kamer, zodat ik mijn geheimen kan vertellen en zodat ik eh, zodat ik even alleen ben met Allah. (283) Ja, ja en dan kan ik huilen, of lachen of weet ik veel wat. Maar dan ben ik even alleen. Niemand die me aankijkt, niemand die vraagt wat er is of, ja weet je

*Dhikr*gebeden, dit zijn korte vaak herhaalde lofgebeden, worden ook door sommige respondenten verricht om een gevoel van dankbaarheid naar God uit te drukken. Dit vinden zij prettig en het geeft afleiding van de spanningen waarmee zij te maken hebben. Chaima gebruikt *dhikr*gebeden om haar stemming in positieve zin te beïnvloeden op de momenten dat zij door haar problemen te veel gaat piekeren.

b. Verrichten of beluisteren van koranrecitaties

Daarnaast lezen sommige respondentes in turbulente, spanningsvolle tijden uit de koran om tot rust te komen of zij beluisteren koranrecitaties. Layla heeft deze copingstrategie van haar overleden moeder overgenomen. Chaima heeft door haar echtscheiding een nare tijd achter de rug. Zij heeft veel steun en kracht gekregen door het luisteren naar koranrecitaties, omdat voor haar de koran “zuiver, mooi en de waarheid” is:

(426) Ja het is heel ontroerend. Dat doe ik regelmatig ook weleens even een recitatie luisteren. (...) Want in mijn ogen is het een waarheid die wordt gezegd en dat raakt je dan op dat moment heel erg.

Ook Ouafa luistert vaak naar koranrecitaties om in contact met God te blijven, dit helpt haar om zich na een stressvolle dag te kunnen ontspannen. Zij probeert dan ook lering te trekken uit de inhoud van de geciteerde soera's.

c. Raadplegen van religieuze bronnen

Verschillende respondenten raadplegen religieuze bronnen om hun stress te verminderen of om hun problemen vanuit een religieus perspectief te kunnen bekijken. Chaima heeft bij haar huwelijksproblemen op het internet naar religieuze kennis gezocht om haar situatie op islamitisch verantwoorde wijze te kunnen hanteren. Op basis van de islamitische bronnen zoals de teksten over de *soenna*²³ en de *hadith*²⁴, heeft zij de conclusie getrokken dat het negatieve gedrag van haar echtgenoot niet acceptabel is. Na een fase van bemiddeling door geloofsgenoten, heeft zij besloten om van hem te scheiden. Het bestuderen van islamitische huwelijksvoorschriften en het lezen van de opvattingen van de Profeet over het huwelijk en de omgang tussen mannen en vrouwen heeft haar daarbij geholpen:

(61) het is eigenlijk de islam die mij een hele ondersteuning heeft gegeven. Wat betreft de rechten van de vrouw en ook wat betreft uhm, uh want stel dat een huwelijk toch niet uh, loopt zoals het moet lopen of uh, je ziet van hé dit is niet, deze persoon die past gewoon niet bij je, dat je daar gewoon, uh, uh, dat je daar, dat je dan gewoon kan gaan scheiden. En dat heeft mij enorm veel geholpen. (77) (...) Je gaat ook eh, denken van wat moet ik verder en uh, uhm en natuurlijk dan ga je kijken vanuit de islam is dit wel acceptabel is dit wel toegestaan, om te gaan scheiden. Om zo'n situatie en dan realiseer jij je dat je gewoon heel veel vrijheid hebt binnen de islam om bepaalde stappen te ondernemen. (81) vooral op internet heb ik heel veel informatie opgezocht. Hadith, dat voornamelijk omdat dat de Profeet, vrede zij met hem, heeft heel veel voorbeelden genoemd van wat betreft het huwelijk en de omgang van de vrouw en man hoe dat als het ware hoort te zijn. En hoe een man eigenlijk een vrouw moet respecteren en etc. (111) En nadat ben ik me ook wel gaan verdiepen okay hoe ziet het huwelijk er in de islam uit, wat is de functie van een man en de functie van een vrouw. (310) Kijk als het (scheiden) toch van God mag, dan kies je daar wel voor.

Ouafa is na het raadplegen van religieuze bronnen beter in staat om vrede te hebben met de echtscheiding van haar ouders. Ze is islamitische bronnen gaan bestuderen om de huwelijksproblemen van haar ouders beter te kunnen begrijpen. Zo heeft zij ontdekt dat het vanuit de islam niet erg is om te scheiden en dat de afkeurende reacties van geloofsgenoten binnen de Marokkaanse gemeenschap naar haar moeder toe, niets met de islam te maken hebben.

²³ In de *soenna* zijn interpretaties van islamitische wetgeving terug te vinden.

²⁴ In de *hadith* wordt het leven van de profeet beschreven.

Ook Layla en Maryam zoeken steun bij islamitische bronnen om hun verdriet om het verlies van hun dierbaren beter te kunnen verwerken. Het lezen van de uitspraken van de profeet en koransoera's in het boek "Wees niet bedroefd" hebben zij als troostend ervaren. Ook andere respondenten geven aan dat zij in moeilijke tijden of bij stress religieuze bronnen raadplegen. Zo ging Najoua na het overlijden van haar schoonmoeder vaker in de koran lezen en leest Assia vaak religieuze boeken als zij zich gestresst voelt, of als zij wil leren om zich beter te concentreren op het *salaat*gebed.

d. Deelnemen aan religieuze activiteiten

Twee respondenten ondernemen religieuze activiteiten als reactie op de maatschappelijke kritiek op de islam. Ikram volgt een islamitische cursus om de vooroordelen over de islam beter te kunnen weerleggen en Yousra zet zich in door op te treden als vrijwilligster bij religieuze activiteiten waar ook niet-moslims aan deelnemen. Zij is voorzitter bij een *iftar*, tijdens de Ramadan:

(320) Of tijdens de Ramadan was ik een keer, een soort dagvoorzitter bij een soort iftar, voor eh, voor vrouwen dan en daar kwamen toen ook een heleboel autochtone Nederlandse vrouwen. Toen ben ik gewoon het gesprek aangegaan met die vrouwen, van nou wat houdt de Ramadan in, wat is dan heel belangrijk, en zo creëer ik dan gewoon dat mensen meer begrip hebben.

4.4.2.2.4. Contact met geloofsgenoten: het belang van ouders en geloofsgenoten

De dertien respondenten maken ook gebruik van religieuze coping door contact te zoeken met geloofsgenoten. Wij hebben deze categorie ingedeeld in de volgende subcategorieën, namelijk (a.) geloofsgenoten geven steun; (b.) zelf geloofsgenoten steunen en (c.) vergeven en contact herstellen.

a. Geloofsgenoten geven steun

Verschillende respondenten geven aan dat geloofsgenoten zoals hun moeder, hen bij allerlei problemen steunen door het bidden van smeekbedes. Farida verwoordt dit op kenmerkende wijze:

(97) heel veel zeggen tegen me, van ja, als je je examen moet doen dan moet je het ook gewoon zeggen, dan ga ik ook een smeekbede voor je doen, dat hoort dan, dat komt ook bij ons, dan eh, dan vragen we ook andere mensen: doe een doua voor mij, doua, dat betekent dan een smeekbede. Weet je wel, Inshallah ..., als God het wil dan haal je het gewoon, wel weet je wel. (99) mijn moeder is er (smeekbedes) altijd wel mee bezig en die wil dat ik gewoon dingen weet je wel, wel haal in mijn leven. Voor mijn studie, mijn rijbewijs, van God, belangrijke dingen die zeg maar op dat moment een rol spelen weet je wel, en waar ik dan mee bezig ben, dan doet zij gewoon smeekbedes.

Een ander voorbeeld geeft Yousra. Zij vindt het prettig dat haar moeder als zij de deur uitgaat altijd een smeekgebed doet om haar die dag te beschermen. En ook Khadija ervaart het als steunend als geloofsgenoten aangeven dat God een reden heeft om iets naars te laten gebeuren.

b. Zelf geloofsgenoten steunen

Sommige respondenten zijn door hun problemen tot religieuze inzichten gekomen waarmee zij vervolgens zelf hun geloofsgenoten gaan helpen. Layla geeft hiervan het volgende voorbeeld:

(283) Ik ben ook veel meer behulpzamer, meer naar anderen toe. Van buiten zeg maar. Bijvoorbeeld mensen, ehm...die bijvoorbeeld iets nodig hebben of iets van me willen, ja, daar sta ik ook veel opener voor en dan denk ik 'nou ja, we zijn allemaal mensen, God heeft gezegd dat wij elkaar moeten helpen'. Dus als ieder gewoon ja, de maling heeft aan anderen. Ja, ik bedoel...je moet bij jezelf beginnen. Als jij het doet, dan komt de rest wel. (409) Wat ik bijvoorbeeld bij mijn zusje merk, die zei ook laatst van: "(...) 's nachts droomde ik allemaal van slangen en echt dat er allemaal slangen over me heen kwamen". Dus toen zei ik van: "Goh, had je dan wel gebeden dan?". Zei ze: "Nee". "Nou probeer het eens."

Najoua en Maryam geven vanuit hun eigen religieuze inzichten steun aan geloofsgenoten die het moeilijk hebben, bijvoorbeeld als zij bang zijn voor de hel vanuit de overtuiging dat God hen hun zonden nooit zal vergeven. Najoua probeert de islamitische jongeren op haar werk op andere gedachten te brengen:

(188) Soms beginnen jongeren zelf over het geloof. En ja ik voel me zo schuldig naar Allah toe want ik heb de verkeerde dingen gedaan. En dan zeg ik ook altijd dan ben je nog geen slecht persoon hè. Iedereen maakt fouten, ik heb ook fouten gemaakt. Leer van je fouten hè, wat kan je eruit mee nemen zeg maar, en wat niet. En je bent absoluut geen slecht persoon. En hoe ga je het gewoon nu aanpakken?

Een ander voorbeeld van het steunen van anderen geeft Maryam. Zij trekt zich de problemen aan van vrouwelijke cliënten van Marokkaanse afkomst en het doet haar goed om deze vrouwen te ondersteunen met behulp van de islam:

(128) ...wat mij toen opgevallen was, was dat ik door middel van religie haar die kracht ook kon geven van 'heb geduld, het komt wel goed'. Als jij op die manier de cliënt rustig kan krijgen, dan is dat alleen maar goed. (130) Wat ik toen gedaan had is van 'hé, en mevrouw. U heeft nu een hele moeilijke periode achter de rug, u moet helemaal opnieuw beginnen en het valt allemaal niet mee, u zit in een hele moeilijke periode. Maar weet dat Allah bij je zit. Als je gaat bidden, doe dan een doua, als ik bid zal ik hem ook voor jou doen. Ik zou ook een doua, dat is een smeekbede, voor je doen en dan komt het wel goed. Allah staat je bij. En een islamitische, een cliënte met een islamitische achtergrond geeft dat rust. (132) Het is echt de sleutel tot rust. (...) Religie is op zo'n moment het beste middel om zo iemand te kunnen geruststellen. (136) Ik probeer die krachten naar boven te halen.

c. Vergeven en contact herstellen

Enkele respondenten noemen expliciet het vergeven van degenen die hen gekwetst hebben. Door te vergeven kunnen zij het contact herstellen en houden zij hun betrekkingen met anderen “goed”. Het vergeven van anderen wordt volgens Farida door God gewaardeerd. Daarom vergeeft zij een vriendin die haar heeft benadeeld en herstelt zij het contact. In haar ogen moet zij het aan God overlaten om iemand te bestraffen. Ook Ouafa verdiept zich na de echtscheiding van haar ouders in de religieuze opdracht om anderen te vergeven. Het vergeven van haar vader heeft zij niet gemakkelijk gevonden, maar zij vindt het essentieel om Gods advies op te volgen en een voorbeeld te zijn voor haar jongere zusjes. Hierna is zij beter in staat om de echtscheiding van haar ouders te accepteren en het contact met haar vader te herstellen:

(192) Het is ook weer een belangrijke eigenschap van God zelf, dat Hij vergevingsgezind is. En het is natuurlijk ook voor een mens heel goed om te vergeven, dan kan je het ook achter je laten anders zit je ook met een wrok in je hart en dat ontwikkelt zich allemaal verder. En als je het niet al in het begin ook loslaat en voor jezelf een manier vindt om, okay ik vergeef die en die. Dan beheerst het je leven heel erg en als je vergeeft dan ben je er gewoon klaar mee, dan heb je rust in je hart. En het is ook omdat je zelf ook vergeving zoekt bij God, dus dan ben je er meer toe bereid om dat te doen. Het was een beetje moeilijk in het begin, maar ik heb het wel losgelaten. (206) En dan kom je ook tot de conclusie van vergeving is heel belangrijk en ... en je moet het gewoon gezegd hebben: dat vergeef ik jou. Dat is wel een emotioneel punt ook.

Layla heeft haar vader en haar familie van moederskant vergeven voor wat zij haar en haar broers en zussen hebben aangedaan. Door het vergeven en het herstellen van het contact voelt zij zich minder eenzaam en is zij in staat om begrip op te brengen voor de positie van haar vader. Chaima heeft volgens haar zeggen haar ex-echtgenoot vergeven. “Vergeven” maakt onderdeel uit van haar vertoog als moslima. Het is een ideaal waar zij naar streeft. Daarbij is het natuurlijk de vraag in hoeverre het haar lukt om haar frustratie en boosheid naar ex-echtgenoot daadwerkelijk los te laten. Maar zij is van mening dat het gericht zijn op het vergeven van degenen die je gekwetst of benadeeld hebben, helpt bij het hanteren van gevoelens van wanhoop, boosheid, verontwaardiging of frustratie.

4.4.2.3. Effecten van religieuze coping: stressreductie domineert

Tot slot hebben wij geïnventariseerd welke effecten de respondenten waarnemen bij het toepassen van de door hen gebruikte vormen van religieuze coping. Wij hebben daarbij een onderverdeling gemaakt in stressreductie en stresstoename. De effecten van religieuze coping zijn overwegend positief. De dertien respondenten geven aan dat religieuze coping, waaronder bidden hun stress vermindert.

a. Stressreductie

Alle respondenten geven aan dat zij door religieuze zingeving beter in staat zijn om met tegenslag om te gaan, zoals Layla:

(207) Voor alles is gewoon een reden. Je moet alleen weten hoe je er mee moet omgaan. Je hebt dat natuurlijk niet in het begin gelijk door, maar langzamerhand denk ik van ja, ...

De gedachte dat iets is voorbestemd, maakt dat Ikram zich minder zorgen maakt:

(486) Iets wat had moeten gebeuren. Dus daardoor heb ik eh, ik blijf er nooit lang in hangen. Van dit had, ik zie het niet zeg maar, dat had mij echt moeten overkomen, dit had mij echt moeten gebeuren en dat en waarom nou, ik vraag me nooit af waarom. Ja het is gewoon gebeurd.

Souad voelt zich beter als zij haar problemen aan God heeft verteld:

(535) Ik voel me dan zeg maar, ik voel een soort van steun, ik heb het met Hem gedeeld, het lucht op, want ik weet dat Hij het heeft gehoord. (537) (...) als ik dingen met Hem deel, en dat Hij mij hoort, en ik heb een gevoel dat het ook uiteindelijk goed zal komen, dan ja dat geeft wel een heel fijn gevoel. Zo van ik heb het besproken. (540) Ik voel dan (daarna) een soort van steun, van steun en wel ontspannend. (544) Ik voel me dan als het ware opgelucht ik heb het dan, het is eruit. Ik heb het gedeeld met iemand die me zeker weten heeft gehoord.

Ook andere geïnterviewde moslima's geven aan dat bidden helpt. Het lucht op om je problemen bij God kwijt te kunnen en daarna hebben zij vaak het gevoel dat het met hulp van God wel goed komt. Yousra ervaart bidden daarom als een soort van uitlaatklep. Als zij haar probleem bij God heeft neergelegd, voelt zij zich lichter:

(155) maar (bidden is) ook soms een eh een bepaalde uitlaatklep. Ik heb bijvoorbeeld periodes gehad dat ik het misschien best wel moeilijk had, en eh, dat ik het even niet meer eh, zag zitten en dat ik daar uit het geloof wel heel veel kracht uit kon halen. (175) En uhm, ook gewoon als je het even met je studie niet ziet zitten, want ja, dát soort dingen óók. Dat kan je ook gewoon daar neerleggen en ik voel me al heel veel lichter als ik het heb neergelegd. (177) omdat ik zeg maar het idee heb, dat, ja dat het wel goed komt op de een of andere hele rare manier. Maar ik zie de dingen dan ook gewoon in perspectief. Soms dan word ik helemaal gek, van wanneer krijg ik mijn scriptie nu eindelijk eens een keer af? Maar als ik dan de dingen weer, als ik dan gebeden heb, dan krijg ik het weer in perspectief. Ja, so what? Dan heb ik het zes maanden later klaar.

Enkele respondenten vinden dat hun inzicht in een problematische situatie toeneemt na het bidden van het *salaat*gebed. Zij zijn dan innerlijk tot rust gekomen en maken zich dan minder zorgen. Zo constateert Layla dat na het bidden van de *salaat* de chaos in haar hoofd is verminderd, waardoor zij beter in staat is om haar problemen

op te lossen. Zij heeft na het verrichten van het avondgebed ook minder last van de nachtmerries die na het verongelukken van haar moeder en broertje zijn ontstaan:

(542) de volgende dag denk je van: "Hé, eigenlijk is het niet zo groot als het is... Ik kan dit doen of ik kan dat doen of je kan ehm, ja...". Zeg maar, dan wordt het vanzelf eigenlijk duidelijk voor mij van hoe ik het kan oplossen. En ik vind dan zeker, ik vind zeker dat God daar invloed op heeft gehad. Die laat mij zeg maar, op een duidelijke manier zien van, je kan dus op die manier er mee omgaan.

Layla troost zichzelf op verdrietige momenten met de gedachte dat het hiernamaals veel mooier is dan het aardse leven en dat zij haar overleden moeder en jongere broer weer terug zal zien in het paradijs. Dit geeft haar innerlijke rust en maakt het leven voor haar gemakkelijker: zij weet wat zij wil en waar zij naar toe zal gaan.

De steun van geloofsgenoten heeft ook een positieve effect op het welzijn van de respondenten. Zo krijgt Farida een goed gevoel als anderen bij een examen smeekbedes voor haar bidden:

(95) Dan zegt iedereen (...) Inshallah weet je wel. En haal je je rijbewijs als God het wil. Dan haal je ook hierna je rijbewijs snel weer als eh, en weet je wel. En het komt allemaal wel goed, weet je wel. (97) En daardoor voel je je ook gesteund want iedereen vraagt voor jôu aan God om het te halen, weet je wel. Dat is echt een héél fijn gevoel.

b. Stresstoename

Onze respondenten melden over het algemeen weinig stresstoename als zij gebruik maken van religieuze coping. Maar zoals gezegd, denken sommige respondenten als zij religieuze coping gebruiken na over de eindigheid van hun bestaan, waardoor hun angst voor de hel naar voren treedt. Er ontstaat ook stress op een andere manier. Zo beseft Ikram pas hoeveel pijn het haar doet als de Profeet beledigd wordt, als zij de kritiek op de islam bestrijdt door in discussie te gaan. En Chaima wordt nu zij na haar echtscheiding meer met de islam bezig is, diep geraakt door de negatieve reacties op de islam. Zij haalt veel informatie van het internet over het onrecht dat moslims overkomt. De Palestijnse kwestie, oorlogen en het verbod op het dragen van een hoofddoek in België frustreren haar. Chaima kijkt vanuit haar religiositeit anders terug op de periode rondom haar echtscheiding. Omdat zij God toen heeft verwaarloosd, voelt zij zich soms nog schuldig. Dit ziet zij als "niet goed bezig zijn":

(105) Want ik was wel voorheen, zeg maar voordat ik hem (haar ex-man) leerde kennen, wat meer standvastiger in mijn geloof. (99) Eh, oe, hum, (denkt na) nou ik was eigenlijk voor dat ik hem leerde kennen was ik eigenlijk meer standvastiger wat betreft het gebed. Uhm, uiteindelijk had ik een relatie met hem waardoor ik mezelf een beetje, niet slecht (lacht) voelde, maar ik dacht ik ben eigenlijk niet goed bezig. Waardoor ik eigenlijk iets minder bezig was met uhm, met mijn gebeden. Ik was heel verliefd op hem.

Kortom, de religieuze copingstrategieën die de dertien respondenten gebruiken, ervaren zij vooral als stressverminderend en welzijnsbevorderend. Bidden speelt daarbij een belangrijke rol, vooral als het gaat om het hanteren van problemen die zij niet aan hun dierbaren willen of kunnen vertellen vanwege taboes. Het enkel uiten van emoties bij God, biedt hen de mogelijkheid om tot zichzelf te komen en zichzelf te beheersen. Daarbij ontstaat bij hen een gevoel van opluchting omdat zij er op vertrouwen dat God hen zal helpen of hen wijzer zal maken, zodat zij beter met hun problemen kunnen omgaan.

4.4.3. Kenmerken van niet-religieuze coping

Hoewel deze studie zich richt op het in kaart brengen van de vormen van religieuze coping die deze islamitische respondenten gebruiken, geven wij ook de niet-religieuze copingstrategieën weer die door dertien respondenten in de interviews naar voren zijn gebracht. Daardoor wordt duidelijk waarin religieuze van niet-religieuze coping verschilt en op welke wijze zij worden gecombineerd. Wij staan eerst stil bij wat deze jonge moslima's hebben geleerd vanuit hun omgeving en gaan vervolgens in op welke strategieën zij zelf toepassen om hun stress te managen.

4.4.3.1. Socialisatie in niet-religieuze coping: problemen voor je houden

Welke copingstrategieën hebben de dertien respondenten bij hun ouders waargenomen? De geïnterviewde vrouwen uit ons onderzoek noemen vooral de religieuze copingstrategieën die zij bij hun ouders terugzien. Er zijn echter ook manieren van coping die niet religieus van aard zijn. Familieleden vermijden soms om negatieve berichten door te geven zoals de oom van Farida, toen haar grootvader ernstig ziek was.

(385) Hij lag daar echt drie weken of zo, en ze wisten zogenaamd nog steeds niet wat er met hem was. Maar mijn oom die daar dan woont, die wist het wel, maar die wilde het niet aan ons vertellen. (387) En toen had hij het verteld en zei hij van ja, ik had jullie niet ongerust willen maken en zo. En dat is wel iets Marokkaans, echt de cultuur.

Ook Khadija geeft aan dat het in haar gezin gebruikelijk is om problemen binnen de familie te houden:

(41) dat (praten over je gevoelens en problemen) is denk ik sowieso wel, in onze cultuur, wel lastig. (46) (...) het wordt inderdaad niet op prijs gesteld om dat aan Jan en alleman...hè, buiten het gezin te vertellen.

Een kenmerkende strategie is de vermijding van het uiten van verdriet binnen het gezin. Er wordt ook weinig gesproken over pijnlijke gebeurtenissen uit het verleden.

Ikram, Layla, Houda en Farida geven aan dat hun ouders hun eigen verdriet liever niet in het bijzijn van hun kinderen tonen. Ikram verwoordt dit als volgt:

(274) Mijn moeder is wel heel erg emotioneel. Mijn vader wat minder. (276) Mijn vader is meer zo van ehm, ja niet voor de kinderen zeg maar. (278) Dus hij heeft wel zijn broer verloren, een paar jaar geleden, en je ziet gewoon dat hij er aan kapot gaat, maar eh, hij doet het (huilen) niet voor de kinderen. Maar dat hoor je even later van mijn moeder, (...) dan vertelt mijn moeder dingen en zo over mijn vader.

Najoua zou haar moeder graag willen ondersteunen bij het hanteren van problemen, maar dat houdt zij af:

(97) Zij kan soms heel erg met dingen zitten, maar het absoluút niet laten zien, zeg maar. En achteraf horen we pas, hè dat zij dan of dat zijzelf het achteraf vertelt, nadat alles al voorbij is. Van ja dit speelde, maar ik wilde het absoluut niet zeggen. (...) Qua gezondheid ook, of problemen die dan spelen hè eh, familieproblemen bijvoorbeeld. Dat ik denk, dat kan je best wel zeggen, nu eh, weet je. Maar zij ziet ons natuurlijk als haar kinderen, nog steeds kleine kinderen (lacht) die haar problemen niet hoeven te zien, (...) En nu doet zij dat nog steeds zeg maar. (101) mijn moeder is héél erg van het nadenken en piekeren en eh, weet je dingen denken van o, stel dat...

In het gezin van Khadija is het haar vader die snel piekert, haar moeder pakt juist heel daadkrachtig haar problemen aan:

(118) Nou mijn moeder is heel daadkrachtig wat problemen betreft. Die heeft zoiets van niet lullen en actie ondernemen. En mijn vader, dat is een maler, die loopt eerst weken, of misschien wel, ja, hangt er van af wat voor probleem het is, maar heel lang te malen voordat hij actie durft, of...ja onderneemt.

Khadija betreurt het dat zij niet net als haar moeder zo daadkrachtig op spanningen en problemen reageert.

4.4.3.2. Kenmerken van niet-religieuze copingstrategieën

Welke vormen van niet-religieuze coping gebruiken de dertien geïnterviewde respondenten zelf? De niet-religieuze copingstrategieën die door de dertien respondenten zijn genoemd in de interviews, zijn onderverdeeld in coping met behulp van opvattingen, met behulp van gevoelens en met behulp van handelingen. De inhoud van deze categorieën wordt in de onderstaande paragrafen toegelicht.

4.4.3.2.1. Opvattingen: positief blijven en wijzer worden

Over het algemeen proberen de dertien respondenten gebeurtenissen of problemen positief te duiden. Zij willen lering trekken uit wat hen overkomt. Sommigen uiten zelfkritiek. De vormen van coping met behulp van opvattingen is onderverdeeld in: (a.) positieve herinterpretatie; (b.) probleemrelativering en (c.) zelfkritiek.

a. Positieve herinterpretatie

Acht respondenten interpreteren hun probleem op een positieve manier. Zo geeft Houda de volgende positieve herinterpretatie aan de negatieve reacties op haar hoofddoek:

(689) Zodra iemand mij iets over de islam zegt, iets beledigend dan ga ik juist nog beter mijn best doen dan ga ik er voor zorgen dat ik een tien haal en geen acht. (744) Dan ben ik juist gemotiveerd om het beste uit mijn leven te halen. (748) het helpt mij eigenlijk alleen maar. Het doet mij af en toe wel pijn, maar het helpt mij wel. Dan ga ik er gewoon een studie bij doen.

Ook Yousra geeft aan dat zij de negatieve beeldvorming rondom de islam juist vanuit een positieve instelling probeert te benaderen:

(318) Met het negatieve rondom de islam? Ja, ik kom, ik probeer het altijd van heel positief te zien. (320) Ja ik probeer me niet, ja zo wie zo niet echt, in een slachtofferrol te gaan kruipen. Maar gewoon echt mensen ehm, ja op een positieve manier het te tegendeel te bewijzen. En uhm, door gewoon met mensen in gesprek te gaan. (...) Want eh, vaak komt dat ook voort uit onwetendheid dat mensen met bepaalde vooroordelen zitten. Ja, dus ik ben wel iemand van het positieve, ja van positiviteit van dingen kijken en op die manier gewoon dingen veranderen.

Chaima ervaart haar naïviteit naar anderen als positief, omdat zij zich daardoor meer open naar andere mensen opstelt en niet te snel oordeelt:

(168) Ja, mensen vinden het wel fijn om met mij om te gaan. En vertrouwen mij ook wel heel snel. Dat merk ik zelf ook wel. Alleen dat naïeve dat, blijft er bij mij nog wel inzitten. En soms vind ik dat ook niet verkeerd, nee. Ik bedoel dat naïeve dat kan ook heel goed zijn. (169) Dat je open bent en af en toe ook het slechte niet hoeft te zien.

Ook Souad bekijkt haar problemen rondom haar strenge vader op een positieve manier, want daardoor geniet zij extra van haar vrije momenten:

(272) En (...) elk nadeel heeft ook wel zo zijn voordeel, want als ik dan eens iets op een avondje kan afspreken, dan geniet ik daar dan ook maximaal van. Omdat het dan niet zomaar iets is dan is het ja, speciaal.

Een ander voorbeeld van een positieve herinterpretatie geeft Ouafa. Zij is tot de slotsom gekomen dat het vertrek van haar vader na de echtscheiding van haar ouders goed is geweest voor de sfeer in huis:

(190) Scheiden was eigenlijk beter. Want wij lijden er ook onder. Het was toentertijd, alleen maar problemen en al dat soort dingen en zo. Het is nu veel beter zeg maar. We leven nu helemaal gelukkig dus nu niet elke keer ruzie, dat soort dingen.

b. Probleemrelativering

Tien respondenten gebruiken probleemrelativering. Zo relativeren zij hun tentamenstress, de problemen met hun ouders, het overlijden van dierbaren,

huwelijksproblemen, of problemen met discriminatie. Farida heeft veel last van examenstress. Zij gebruikt humor om daarmee om te gaan:

(124) Ook ehm, als ik tentamens heb of zo, weet je, dan denk ik, ik heb goed geleerd. (...) Ik stress me dan ook zelf, maar ik ga er toch wel een grap van maken en moet lachen, weet je wel. (126) Het is wel... ik ben wel een stresstype, weet je wel, maar ik kan toch wél weet je, blijven lachen en zo.

Layla relateert de strengheid van haar vader door te wijzen op zijn verantwoordelijkheidsgevoel voor zijn dochter:

(214) ik denk dat hij, eh, dat hij zich als vader heel erg verantwoordelijk voelt voor zijn dochters. Voor zijn zoons ook, maar voor zijn dochters meer, en dat hij pas zijn rust heeft als zij het huis uit zijn. Als ze getrouwd zijn. Dan hoeft hij zich niet meer verantwoordelijk te voelen want dan hebben we een man.

Assia heeft er begrip voor dat zij minder van haar ouders mag dan vriendinnen met een andere achtergrond:

(227) maar ik begrijp het wel. Dus ik ben het er niet mee eens, want ja, ik wist zelf ook wel dat er niks ergs ging gebeuren. Je gaat naar een feestje, je doet maar wat en klaar weet je wel. Ik zou niet drinken, ik zou niet dit doen, ik zou niet... ik zou geen rare dingen doen. Maar ik snap dan wel van mijn ouders...eerste generatie Marokkanen die komen hier en die weten niets beter dan dat het dan slecht gaat 's avonds laat. (231) Ja, geen plek voor meiden en...'wat móet je er?'

Najoua zegt over het overlijden van haar schoonmoeder het volgende:

(203) Het is gebeurd en je kan haar niet terughalen of.... Je kan alleen maar een steun zijn voor degene die het dichtbij staat. Bijvoorbeeld mijn man, zeg maar, het is zijn moeder dus...

Yousra relateert de negatieve beeldvorming over Marokkanen en de islam in Nederland als volgt:

(734) Ja ook, ja tuurlijk ja, want Wilders, die, die zegt hij vindt, maar hij beargumenteert niks. Dus die mensen, tenminste die dombo's die volgen wat hij zegt. (736) Dus eh, nou ja. Je eh, (lacht) moet er mee leren leven. (741) ... je bent het gewend. (742) Vroeger was dat ook niet zo, maar nee maar als ik het eerlijk moet zeggen, wij hebben het ook wel verpest hoor. Dus het ligt niet alleen maar aan de Nederlanders, je kan niet alleen maar de Nederlanders de schuld geven. Maar ik kan ook ons de schuld geven en niet mij persoonlijk, maar wel de gemeenschap. Ja, weet je, eh het komt eigenlijk een beetje van beide. Maar dan nog, ja, dan nog is het niet eerlijk natuurlijk (lacht). Maar ja, je leert er gewoon mee leven.

Chaima kan de teleurstelling over het mislukken van haar huwelijk beter hanteren door middel van de redenering dat zij geen supervrouw is die in staat is om haar echtgenoot te veranderen:

(95) ik dacht het zal wel goed komen misschien verandert hij wel of misschien heb ik die impact wel op hem. Ik ben toch ook geen superwoman daar ben ik achter gekomen, (97) misschien verandert hij nog wel door mij. Misschien kan ik hem daar ergens wel mee helpen, ondersteunen en terwijl ik ook denk ik heb natuurlijk geen toverstok. Uiteindelijk moet die persoon het zelf doen. (185) (...) het kan ook wel zijn dat ik zelf ook onrechtvaardig tegenover iemand heb gestaan, of heb geantwoord of zo. Of ben omgegaan of, daar sta je bij jezelf niet altijd bij stil.

Chaima relateert het gedrag van een vriend die haar heeft gekwetst als volgt:

(155) Want hij heeft niet echt, hij heeft me meer uitgetest denk ik, van hoe ik daarop zou reageren. Heel flauw maar eh, uiteindelijk heeft hij toen gezegd van: "Ja natuurlijk zou ik nooit een gescheiden vrouw weigeren, wanneer ik weet dat die persoon heel goed is."

c. Zelfkritiek

Sommige respondenten zijn achteraf van mening dat hun problemen door hun eigen gedrag zijn ontstaan. Zo uit Houda haar twijfels of zij er goed aan heeft gedaan om een hoofddoek te gaan dragen gezien de reacties van haar niet-moslimse studiegenoten:

(696) Maar zij denken dat nu ik de hoofddoek draag, dat ik gewoon minder waard ben. (700) Dus het is voor hun een hele verandering en zij denken hoofddoek, onderdrukking, uithuwelijken, weet je wel, dat is dan waar zij aan denken. (720) Ik had echt met iedereen een band. Maar ja dan draag je een hoofddoek en dan is die band ineens helemaal weg. Dan denk ik van ja, is dit het nou, is dit het nou wel waard weet je, maar ja... (732) Terwijl hiervoor toen ik geen hoofddoek droeg, had je dat helemaal niet. (lacht) Toen was het van wat een mooi haar, mag ik het effe voelen en weet je wel en nu merk ik dat heel erg.

Ook Houda uit zelfkritiek als zij zichzelf als naïef beschrijft, waardoor zij snel door anderen wordt gekwetst:

(189) ik vertrouw iedereen. Dat is ook een slechte eigenschap. Ik zie altijd het goede in de mens. (195) het is wel een positieve eigenschap, maar ik eh, had het liever niet gehad. Want ik heb nu heel vaak bijvoorbeeld dat ik heel erg word gekwetst. (197) en dan denk je wat ben ik toch dóm geweest! Waarom zag ik nou het goede in die persoon? Ik merk het de laatste tijd ook heel erg hoor, dus ja het is wel iets dat... Ik had liever niet zo (naïef) willen zijn. Dat zou me natuurlijk ook veel verdriet schelen. (199) En bij mij is het, ja misschien bedoelde zij het niet zo, en misschien had hij het gewoon helemaal verkeerd, en misschien was iets anders aan de hand. En ik zoek elke keer een excuus. En dat is ja, waarom zoek ik nou een excuus. Dat is gewoon iets wat ik af moet leren.

Ook Chaima vindt zichzelf achteraf te naïef. Na haar echtscheiding denkt zij meer na over haar negatieve eigenschappen en is zij zich sindsdien bewuster geworden van het bestaan van onrecht. Dit geeft haar echter ook stress:

(111) ik ben daar (hoe iemand zich gedraagt) wel wat meer mee bezig dan voorheen, omdat ik eigenlijk voorheen naïef was. Ik zag het slecht van iemand niet heel snel, of ik ging het altijd weer goed maken. Of ik denk van nou nou, ik was altijd heel optimistisch. Ik had heel veel vertrouwen. Ik merk wel dat ik uhm, dat ik kritischer kijk en ook gewoon wat meer oplettend ben wat betreft gedrag en op de manier waarop iemand communiceert en hoe iemand aanspreekt.

Khadija is van mening dat zij te lang heeft gearzeld om de opleiding van haar keuze te volgen, zij brengt dit in verband met haar angst om te falen en haar neiging tot piekeren:

(72) En dan denk ik weleens 'ja, had ik het maar eerder gedaan'. Maar daarvoor heerste altijd die angst van hè, wat als ik faal? (126) (...) maar ik ben ook wel een malertje. En een malertje als het inderdaad om problemen gaat waar je niet zo snel oplossingen voor kunt bedenken, of kunt hebben, dan kan ik daar inderdaad lang...en allerlei rampscenario's bedenken.

4.4.3.2.2. Gevoelens: vertrouwen op de toekomst en emoties uiten

Op welke manier dragen emoties bij om de stress rondom problemen beter te kunnen hanteren? De dertien respondenten geven aan dat zij zich beter voelen als zij: (a.) vertrouwen op de toekomst; (b.) hun emoties ventileren en (c.) hun frustraties uiten door te protesteren of zich af te zetten tegen anderen of een situatie.

a. Vertrouwen op de toekomst

Een voorbeeld van een gevoel van vertrouwen in de toekomst, dat niet verbonden is met religiositeit, geeft Souad als zij de hoop uitspreekt dat haar huidige vriend wel deugt en dat hij misschien snel haar hand zal vragen, zodat zij haar vrijheid tegemoet kan zien:

(34) Ja, het (haar huidige vriend) is echt een lieverd. Ik ga er gewoon echt helemaal voor en ik eh, ik hoop van harte dat... (274) Strakjes (na haar huwelijk) hè, dan heb ik gewoon mijn eigen leven en veel meer vrijheid en dan kan ik lekker doen en laten wat ik wil, zonder dat ik op mijn horloge zal moeten kijken. (...), ik ben nu niet van plan om nu nog bij mijn vader een paar jaar te zitten. Absoluut niet. (276) Ik wil echt wel met een jaar zeker het huis uit zijn. En dat is ook echt wel mijn doel.

Twee respondenten geven aan dat zij er op vertrouwen dat zij iets zullen bereiken. De andere respondenten duiden het vertrouwen in de toekomst vooral op religieuze wijze.

b. Emoties ventileren

Verschillende vrouwen zeggen dat het hen soms helpt om hun emoties te uiten door te huilen als zij door anderen gekwetst zijn of als zij verdriet hebben. Ikram huilt over het verlies van haar opa, maar doet dit pas als zij zich kan terugtrekken op haar

kamer. Maryam huilt naar aanleiding van het bericht van de ernstige ziekte van haar vriendin. Zij toont haar verdriet over het overlijden van haar vader in het bijzijn van anderen:

(34) Ik kan me alleen nog herinneren dat ik een hele tijd in een hoek heb gezeten van de woonkamer op de grond en aan het huilen, de hele tijd... (58) En ik had gejànt joh! (...) ik had echt gejànt, gewoon de hele tijd door. (191) ...toen mijn vader overleed, toen sprak ik er heel open over en vond het heel erg wat me overkomen was en ik sprak erover en ik was verdrietig en iedereen mocht het weten.

In een latere fase heeft Maryam meer tijd genomen om stil te staan bij haar verdriet. Als de familie op vakantie naar Marokko gaat, blijft zij alleen thuis achter zodat zij zich ongestoord kan richten op haar rouwproces.

c. Protesteren of zich afzetten

Verschillende respondenten hanteren hun problemen door anderen de schuld te geven. Layla is boos op haar vader als hij na het fatale auto-ongeluk, verandert in een starre, strenge persoon, die zijn kinderen onrechtvaardige regels oplegt. Zij besluit daarom uit huis te gaan:

(253) Ja, op een gegeven moment was hij (haar vader) echt streng en dan denk je, dan kwam hij met dingen die hij nog nooit, waar hij nog nooit, waar hij vroeger zo makkelijk in was, bijvoorbeeld laat thuiskomen, zegt hij van, opeens heeft hij een tijd in zich van 'wie er op dit tijdstip niet thuis is, komt er ook niet binnen'. Dan denk ik van 'ja, hallo! Je kan niet een persoon niet echt zo lang iets hebben gegeven en dan moet je er opeens mee ophouden, dat kan toch niet?'. (...) Je gaat niet een meisje van 23 nog zeggen dat ze om elf uur thuis moet zijn, anders zwaait er wat! (255) Hij heeft echt totaal het tegenovergestelde ermee bereikt. Op een gegeven moment, niemand luisterde, niemand, iedereen deed gewoon waar die zin in heeft en eh...ja toen had hij zoiets van 'oké, ik trek mijn handen van jullie af. Doe waar jullie zin in hebben, maar ik heb ook geen verantwoordelijkheid meer'. Zo was het zeg maar. Nou toen dacht ik nou dan ga ik ook het huis uit. Mijn eigen ding doen.

4.4.3.2.3. Handelingen: zowel problemen oplossen als vermijden

Welke activiteiten ondernemen onze respondenten om hun problemen of stress beter te kunnen hanteren? Zij maken gebruik van: (a.) probleemconfrontatie, (b.) probleem- of confrontatievermijding en (c.) zoeken van afleiding.

a. Probleemconfrontatie

Alle respondenten geven aan dat zij zich bij problemen actief opstellen om hun problemen aan te pakken. Zij zijn van mening dat als zij iets willen bereiken, zij anderen moeten overtuigen van hun wensen en zij voor zichzelf moeten opkomen. Een voorbeeld hiervan geeft Ikram als zij de toestemming van haar ouders wil verkrijgen voor een studiereis naar Barcelona:

(245) Nou ik ging het (studiereis naar Barcelona) echt bij mijn moeder proberen. En die blokkeerde het eigenlijk al meteen, zo van: dat is toch niet nodig en eh... (247) Het is vrijwillig, dus je kan het, het hoeft niet persé, zij heeft zoiets van als het verplicht is van school, dan moet het, maar ja, dit was echt vrijwillig. (249) En ik eh, ik doe het altijd via mijn moeder. (251) Want als mijn moeder het niet goed vindt, dan kan ik niet iets doorzetten, dus ik doe niet iets wat mijn moeder niet wil. (253) Op een gegeven moment heb ik het wel aan mijn vader gezegd, en mijn vader had zoiets van nou onzin, je moet gewoon gaan. En toen was mijn moeder wél, een soort van overgehaald. En die ging dan ook weer met me, die gaf me dan tips van je moet opletten, en koffers en dit en dat. Dus toen had ik wel zoiets van nou die vindt het wel goed.

b. Probleem- of confrontatievermijding

Hoewel de respondenten van mening zijn dat zij hun problemen zelf aanpakken, maken zij toch veel gebruik van confrontatie vermijdende strategieën. Het vermijden van het openlijk met de betrokkenen bespreken van de eigen wensen komt veel in hun verhalen voor. Zij zijn vaak geneigd om het probleem of de personen die daarmee te maken hebben uit de weg te gaan.

Het gaat daarbij om de volgende manieren van probleem- of confrontatievermijding. Farida en Houda vermijden situaties rondom de ziekte of de dood van dierbaren. Farida, Ouafa en Houda vermijden de personen die hen gekwetst of teleurgesteld hebben. Ikram, Layla en Maryam vermijden het tonen van hun verdriet aan anderen. Ikram verzwijgt negatieve gebeurtenissen op een studiereis. Chaima negeert in eerste instantie haar huwelijksproblemen. Souad verbergt voor haar ouders dat zij een vriend heeft waarmee zij afspreekt. Tamrah vermijdt in het contact met haar ouders onderwerpen die taboe zijn. Houda vermijdt het contact met studiegenoten als zij zich buitengesloten voelt. Zij gaat niet meer naar groepsbijeenkomsten toe. Houda vermijdt haar ouders als zij verdrietig zijn. Zij legt dit als volgt uit:

(379) omdat ik niet weet hoe ik mij moet gedragen. Want ik weet niet, want wij zijn dat we dan heel gauw mee gaan huilen. Maar daar heeft ze natuurlijk niets aan, ik kan er bij gaan zitten en mee gaan huilen, maar ja daar heeft zij niks aan. Dus nemen we liever afstand en we zijn ook geen type dat haar moed kan inpraten, omdat wij daar zó zwak voor zijn. Dus dan nemen we afstand. Dus dat ze even, zodat zij even kan huilen of weet je wel en dat ze daarna weer haarzelf is. (403) Ja weet je we durven dan niks te zeggen en het is geen, het is niet dat je niks durft te zeggen, maar je weet niet zo gauw wat je moet zeggen. Dus wat doe je? Je gaat omhelzen, je gaat even janken en dan gaat iedereen naar zijn of haar kamer weet je wel. Dan sluiten we onszelf op. Weet je dan gaan we daar even heel goed janken en dan gaan we naar beneden en doen alsof er niks aan de hand is.

b. Afleiding zoeken

Chaima, Layla en Maryam zoeken afleiding in activiteiten om zo niet te hoeven stil staan bij pijnlijke teleurstellingen en verdriet. Een voorbeeld hiervan geeft Maryam na het overlijden van haar vader:

(42) Ik ben gewoon doorgegaan. Ja, non-stop. Gewoon doorgegaan. (...) Dus ik heb me echt zo gestort op mijn studie, op de een of andere manier. Daar zocht ik mijn afleiding.

4.4.3.2.4. Sociale Ondersteuning: steun zoeken en steun geven

Tot slot maken de dertien respondenten bij het omgaan met problemen gebruik van sociale ondersteuning. Zij zoeken (a.) steun bij anderen; (b.) gaan zelf anderen ondersteunen en (c.) maken gebruik van professionele steun.

a. Anderen geven steun

De dertien respondenten zoeken hulp bij anderen als zij problemen hebben. Alle respondenten voelen zich emotioneel gesteund door hun ouders. Ikram legt dit als volgt uit:

(190) Mijn ouders, (...) die steunen je natuurlijk in alles. (192) Ja, ze weten misschien niet waarmee ik precies bezig ben, omdat, maar ondanks dat, ze ondersteunen, ze steunen je er gewoon mee. (194) Ja, mijn ouders hebben zoiets van als je maar bezig bent. Als jij het maar weet, als jij maar weet waarmee je bezig bent. (579) ik ben toch wel echt een moederskindje, ik vraag het eerst altijd aan mijn moeder. (581) En ik denk dat mijn moeder, die weet altijd alles wel. Die zal me ook niet iets laten doen wat niet goed is of zo. (583) Mijn moeder is hartstikke wijs. Maar ze heeft nooit gestudeerd.

Naast hun ouders zijn hun echtgenoot, broers, zussen en andere familieleden belangrijk. Een voorbeeld van de steun van broers en zussen geeft Layla naar aanleiding van het verlies van haar moeder en broertje. Zij ervaart de baby van haar tweelingzus als een “zalfje op de pijn”:

(229) Ja, ook mijn broertje en mijn zusjes zeg maar. Daar hadden we ook gewoon aan elkaar steun en kracht. (241) ... ik ga er pas over praten als iemand, bijvoorbeeld mijn zusje, erover vraagt, van ‘hoe voel je je nu?’ ‘Hoe denk jij nu aan moeder terug als je nu aan haar zou denken?’ of eh...dan praat ik wel erover met haar. (233) Je haalt echt je blijdschap en op de een of andere manier. Als ik verdrietig ben en ik ga naar haar (haar tweelingzus) toe en ik haal hem (haar pasgeboren neefje) op, hij is gewoon een soort van een zalfje over de pijn heen. (Lacht.) Dus dat is ook zeg maar een soort van een kracht die wij ook bij elkaar kunnen vinden.

Bepaalde onderwerpen worden echter niet met ouders besproken, zoals seksualiteit, partnerkeuze en het uitgaan met een vriend. Zo zegt Tamrah dat zij nooit met haar ouders over liefde of relaties zal spreken. Toch nemen sommige respondenten hun moeders wel in vertrouwen bij problemen met vriendjes. Zo vertelt Souad haar

moeder, die als kind naar Nederland is gekomen, uiteindelijk wel over haar vriend. Maar de meeste respondenten bespreken hun relatieproblemen vooral met vriendinnen, mits zij deze vertrouwen.

b. Zelf anderen steunen

Sommige respondenten richten zich op het steunen van anderen, omdat zij hierdoor het gevoel krijgen dat zij dan zinvol bezig zijn. Dit geldt bijvoorbeeld voor Layla en Maryam. Ook Yousra hecht er veel waarde aan om maatschappelijk actief te zijn. Omdat zij zelf ook studieproblemen heeft gehad, heeft zij voor eerstejaarsstudenten die in een vergelijkbare positie verkeren, een ondersteunend studieprogramma opgezet:

(85) Dat is voor mij heel erg belangrijk dat ik daar dus dat ik ook een bijdrage lever aan de maatschappij. (...) Dan ben ik ook bestuurslid bij een netwerkorganisatie, die landelijk opereert en die allochtonen netwerkhulp biedt, bijvoorbeeld recent heb ik een programma opgezet voor eerstejaars hbo-studenten om ze te ondersteunen bij hun studie zodat ze niet uitvallen.

Yousra haalt veel voldoening uit haar activiteiten als vrijwilligster. Zij is actief betrokken bij een project in Marokko ten behoeve van speciaal onderwijs.

Najoua probeert haar echtgenoot zo veel mogelijk te ondersteunen bij het verwerken van het verlies van zijn moeder. Zij biedt haar eigen moeder aan om haar te helpen bij haar problemen, maar daar gaat maakt haar moeder geen gebruik van. Najoua ondersteunt haar jongere zus bij problemen. Ook vindt zij het zinvol om de islamitische jongeren op haar werk te motiveren om door te zetten en hun best te doen. Zij stoort zich aan ouders van Marokkaanse afkomst die hun kinderen op zo'n negatieve wijze aanspreken dat zij de moed verliezen.

c. Professionele ondersteuning

Alleen Layla heeft naar aanleiding van de problemen die zijn ontstaan rondom het overlijden van haar moeder en broertje gebruik gemaakt van professionele ondersteuning:

(261) (...) tot ik vorig jaar eigenlijk een beetje instortte en toen was ik verplicht om op zoek te gaan naar een psycholoog (lacht). Ja, dus toen ...het is nu, het is nu wel goed gekomen. (263) En (...) toen ben ik ook met mijn vader gaan praten... (129) Dus ja... Dat contact ben ik nu weer aan het herstellen met mijn vader. Wij allemaal. Want wij zijn eigenlijk allemaal in een keer het huis uit gegaan, een beetje ruzies en ... (269) Zijn we gewoon eigenlijk met, ja, met mijn zusjes en mijn broertje in ons eentje verder gegaan. Dus vandaar, van daaruit, toen ik met die psycholoog had gepraat en, waren ook veel dingen duidelijker ook. Dus dan denk ik van ja, ik kan niet iedereen de schuld geven van het verdriet die ik zelf niet eens, waar ik niet eens over wilde praten. Toen ben ik eigenlijk ook het contact met mijn familie gaan herstellen.

4.4.3.3. *Effecten van coping zonder religie: emoties ventileren en steun geven verlichting*
Welke stressverminderende en stressverhogende effecten ervaren de respondenten bij de door hen genoemde niet-religieuze copingstrategieën?

a. Stressreductie

Copingstrategieën zoals probleemconfrontatie, het ventileren van emoties, relativeren, het steun zoeken bij anderen en positieve herwaardering dragen volgens de respondenten bij aan het verminderen van hun spanningen. Khadija merkt dat zij minder stress heeft als zij kiest voor wat zij zelf belangrijk vindt. Dit betekent dat zij anderen moet confronteren met haar eigen wensen. Het lucht haar op als zij haar ouders vertelt dat zij een andere studie wil volgen. Dan komt zij er achter dat haar ouders dit geen probleem vinden. Het gevolg van deze ervaring is, dat zij nu beseft dat het haar gelukkiger maakt als zij haar eigen gevoel volgt. Toch heeft zij bij haar partnerkeuze het advies van haar familie geaccepteerd en komt zij niet voor zichzelf op door te eisen dat zij haar toekomstige echtgenoot in privacy wil ontmoeten om hem beter te leren kennen.

Verschillende respondenten geven aan het hen oplucht om te huilen en steun bij anderen te zoeken. Souad merkt dat zij zich beter voelt als zij huilt naar aanleiding van het bedrog van een vriendje. Ook helpt het haar als zij een beroep doet op de steun van haar moeder en haar vriendinnen. Daarnaast beseft zij dat het goed voor haar is om positief te blijven. Zo zegt zij:

(307) huilen. (309) Ja, heerlijk dat lucht lekker op. (278) dan (als het niet met haar vriend tot een huwelijk komt) ga ik gewoon weer op zoek naar een ander. (297) ik probeer echt altijd het positieve eruit te halen. (351) Want zo kan ik het probleem met haar (moeder) bespreken. En dan is het daarna ook gewoon weer goed.

Najoua heeft minder stress door de wetenschap dat zolang haar ouders achter haar staan, alles goed zal komen. Zowel Layla als Maryam hebben er baat bij om hun verdriet bij anderen te uiten en hun problemen te delen. Layla geeft aan dat zij daardoor haar verdriet beter kan hanteren en ook minder last heeft van nachtmerries:

(229) ja, ik bedoel, ik kan niet zeggen dat ik het helemaal verwerkt heb, ik heb nog steeds wel last van nachtmerries en dat soort dingen, maar ik heb het wel een plekje gegeven.

Layla is door wat zij heeft meegemaakt tot de slotsom gekomen dat zij iets van haar leven wil maken en wil kiezen voor wat zij zelf belangrijk vindt:

(129) En ik heb er gewoon voor gekozen om mijn studie en gewoon ja, daar dingen in te bereiken. In plaats van gaan te verzetten en toch de slechte pad op gaan. Ja, ja. Gewoon er iets goeds van maken. (532) Ik kijk echt van of ik me daarbij prettig voel, wat voor gevoel geeft mij dat? En dan pas, als ik denk van 'ja ik voel me er goed bij,

ik ben er tevreden mee', ik, als persoon. Dan pas kan ik kijken van 'ja, wat zou mijn vader er van denken, of mijn zusjes'. Dat, maar niet bijvoorbeeld de hele omgeving.

Maryam vindt dat zij in haar rouwproces meer heeft gehad aan de steun van anderen dan aan het bidden tot God:

(34) Ik kan er (over haar verdriet) nu heel goed over praten. (52) Als ik...met bidden, dat is nou het gekke (...) (56) Ik moest echt meer doen (dan bidden) om mezelf weer terug te vinden, de oude ik zeg maar. Wie ben ik, wat wil ik? (203) (Ze zeggen met) elke traan die je loslaat, doe je de overledene pijn mee. Huil ook maar niet, rouw niet, praat niet: wat moet je dan? Dan zit ik van 'ja, en dan? Wat moet je? Moet je jezelf helemaal gek maken?' Zo beland je geheid in een depressie, denk ik. Je moet erover praten. Ik vind het niet gezond. Huilen: oké, met mate. Overdrijf niet, tuurlijk. Maar je mag huilen. Het is een vreselijke gebeurtenis en je moet erom rouwen en je moet erom huilen!

Ouafa is achteraf tevreden over de wijze waarop zij de echtscheiding van haar ouders heeft gehanteerd:

(212) maar als ik er op terugkijk, dan is het wel okay ik ben wel een voorbeeld (voor haar zusjes) en dit is hoe ik het gedaan heb en zo kunnen zij het dan ook doen.

b. Stresstoename

Sommige respondenten (bijvoorbeeld Khadija, Chaima, Layla en Maryam) geven aan dat zij soms te lang een probleem voor zich hebben gehouden. Deze vermijding van probleemconfrontatie vergroot hun stress. Sommige respondenten zijn door hun problemen kritischer geworden, waardoor zij meer zijn gaan piekeren dan voorheen. Zo beseft Chaima pas door haar echtscheidingsproblemen hoe beschermd zij door haar ouders is opgevoed. Nu kan onrecht haar diep raken, het maakt haar zelfs "kapot". De gedachten aan onrecht vergroten haar frustratie en stress:

(111) Ik merk wel dat ik uhm, dat ik kritischer kijk en ook gewoon wat meer oplettend ben wat betreft gedrag en op de manier waarop iemand communiceert en hoe iemand aanspreekt. Dat heeft wel een effect bij mij, ja dat heeft wel veel effect op mij gehad. (160) en het (onrecht door anderen) maakt me ook zelfs kapot! (161) dat komt voornamelijk omdat ik zie eh, ja ik heb in zo'n beschermde omgeving geleefd en eh, ik was, ik heb nooit het kwade van iets gezien en eigenlijk uiteindelijk als je wat ouder wordt zie je zoveel dingen die oneerlijk zijn in het leven. En hè, ook gewoon buiten Nederland, wat betreft oorlogen en noem maar op en het systeem dat heerst.

Uit bovenstaande voorbeelden blijkt dat de dertien respondenten vaak religieuze met niet-religieuze copingstrategieën combineren.

In de volgende paragraaf wordt een antwoord gegeven op de tweede onderzoeksvraag.

4.4.3.4. Beantwoording van de tweede onderzoeksvraag

In de voorgaande paragrafen is weergegeven wat kenmerkend is voor de problemen en de religieuze en niet-religieuze coping van dertien geïnterviewde hoogopgeleide moslima's van Marokkaanse afkomst. De tweede onderzoeksvraag: *“Op welke wijze gebruiken hoogopgeleide moslima's van Marokkaanse afkomst hun religiositeit en het bidden in het bijzonder bij het omgaan met problemen?”* kan op basis van de kwalitatieve data-analyse van de dertien interviewverslagen als volgt beantwoord worden:

De dertien geïnterviewde respondenten hebben diverse soorten problemen genoemd. Deze zijn te verdelen in problemen op persoonlijk en maatschappelijk gebied. Op persoonlijk gebied is er sprake van verschillende probleemvelden, er ontstaat stress in verband met hun religie op zich; door problemen rondom het welzijn van dierbaren; door problemen op hun opleiding; door problemen met hun ouders of gezinsleden; problemen met vriendinnen en stress rondom partnerkeuze. Op maatschappelijk gebied ervaren sommige respondenten spanningen door discriminatie en kritiek op de islam binnen de Nederlandse samenleving.

De spanningen van de respondenten die in verband staan met religiositeit op zich, hebben te maken met het belang dat sommigen van hen hechten aan het zorgvuldig uitvoeren van hun religieuze voorschriften, wroeging over zonden en de angst voor de hel. Sommige respondenten denken tijdens het bidden aan de dood en het hiernamaals. Zij realiseren zich dan dat als zij jong overlijden, zij nauwelijks in staat zijn geweest om hun zonden door middel van het verrichten van goede daden en het naleven van hun religieuze plichten te compenseren, waardoor hen in hun beleving de hel wacht. Daarom maken zij zich soms zorgen als zij hun *salaat*-gebeden niet met volledige overgave en concentratie hebben gebeden, omdat zij menen dat God deze gebeden niet accepteert. En als zij voor deze gebeden geen zegeningen (*hasanat*) verdienen, kan dit hun kans op het paradijs verminderen.

Alle respondenten voelen zich sterk betrokken bij het welzijn van hun ouders, hun gezinsleden, hun grootouders en andere familieleden. Als het niet goed met hun dierbaren gaat, maken zij zich zorgen. Andere problemen die de dertien geïnterviewde islamitische respondenten noemen, staan in verband met spanningen vanwege hun ambities. Zij willen goed presteren en hun tentamens en diploma's behalen, zodat hun ouders trots op hen zijn.

Daarnaast hebben bijna alle respondenten, omdat zij nog bij hun ouders inwonen, soms problemen met hun ouders over het verkrijgen van meer persoonlijke vrijheid, of treden er spanningen op in verband met ouderlijke taboes ten aanzien van seksualiteit, uitgaan en relaties. Vooral als zij het uitgaan met vriendjes voor hun ouders verborgen willen houden, kunnen er problemen ontstaan met vriendinnen, als deze hun geheimen aan anderen doorvertellen. Het is ook stressvol om met een vriendje uit te gaan, vanwege de angst dat zij door anderen

worden gezien of omdat mannen misbruik kunnen maken van hun vertrouwen en hun reputatie als eerbare vrouw op het spel kunnen zetten.

Ook hebben alle respondenten te maken met de sociale controle binnen de Marokkaans, islamitische gemeenschap in Nederland. Zo houden deze moslima's rekening met hun reputatie als vrouw onder geloofsgenoten, maar dit doen zij vooral om hun ouders niet te kwetsen. Zij willen hen geen verdriet bezorgen door een "slechte" dochter te zijn die binnen Marokkaanse kring over de tong gaat.

Tot slot worden alle respondenten in Nederland met kritiek op de islam geconfronteerd. Een paar vrouwen vertellen over hun ervaring met discriminatie en anderen voelen zich als moslima bedreigd door de maatschappelijke afkeuring van de islam in de media.

Naast dergelijke spanningen die in verband staan met hun specifieke achtergrond als dochters van islamitische arbeidsmigranten uit Marokko, hebben de dertien respondenten ook ingrijpende verlieservaringen genoemd, zoals de echtscheiding van henzelf of van hun ouders, een ernstige ziekte van dierbaren of hun overlijden. Ook maken zij zich zorgen over de problemen van hun ouders, broers, zussen of andere familieleden.

Hoe gaan deze dertien islamitische respondenten met dergelijke problemen om? Bij het hanteren van hun spanningen combineren de dertien respondenten religieuze met niet-religieuze copingstrategieën.

Vrijwel alle respondenten schakelen God in om hen bij hun problemen te helpen. Dit doen zij door in hun gebed in algemene formuleringen of in hun eigen woorden om Zijn steun en hulp te vragen. Omdat God in hun beleving altijd luistert en hun diepste zielenroerselen kent, kunnen zij in hun smeekbedes hun intiemste gevoelens bij Hem uiten. Door het bidden voelen zij zich ook verbondenheid met hun dierbaren, geloofsgenoten en hun medemens in het algemeen, omdat zij voor hun welzijn bidden.

Zij maken daarnaast ook van andere religieuze copingstrategieën gebruik. In moeilijke tijden hebben deze islamitische respondenten net als hun gelovige ouders baat bij religieuze zingeving en de steun van geloofsgenoten. Sommige respondenten zoeken daarnaast advies, afleiding en rust door zich te richten op het religieuze domein. Zij luisteren naar koranrecitaties of lezen religieuze bronnen. Sommigen ondernemen religieuze activiteiten en volgen cursussen over de islam om zo bij te kunnen dragen aan een positiever beeld van de islam binnen de Nederlandse samenleving.

Deze vormen van religieuze coping verminderen hun stress en vergroten hun gevoel van welbevinden. Zij helpen hen om bij spanningen hun balans te herstellen. Bidden speelt daarbij een speciale rol: door in de privacy van het gebed hun hart bij God uit te storten, krijgen zij weer greep op de emoties die zijn ontstaan.

Smeekbedes bieden hen een uitlaatklep voor stress, in dit gebed kunnen zij al hun gevoelens en gedachten met God delen. Dit resulteert in een gevoel van opluchting, ontspanning, innerlijke rust en het geeft hen het vertrouwen dat iets goed zal komen. Bidden helpt hen ook om zich beter te beheersen. Zo zijn zij beter in staat om in het contact met anderen te voorkomen dat zij te impulsief reageren.

Bij religieuze stress helpt het hen om hun religieuze plichten na te komen en goede daden te verrichten. Het bidden van het *salaat*gebed geeft hen gemoedsrust en voldoening omdat zij dan een belangrijke religieuze plicht hebben vervuld. Hierdoor neemt hun stress af.

Na het inschakelen van de hulp van God, ondernemen de respondenten ook ander activiteiten om hun stress te verminderen. Dit sluit aan bij hun religieuze opvatting dat zij het oplossen van problemen niet alleen aan God moeten overlaten, omdat God hen het verstand en de vrijheid heeft gegeven om zelf iets te ondernemen. Bij het hanteren van problemen maken de dertien respondenten gebruik van de volgende niet-religieuze copingstrategieën. Zij lossen hun problemen op (probleemconfrontatie); zij geven er een positieve wending aan (positieve herinterpretatie), zij maken gebruik van relativering, of zetten zich af tegen anderen (protesteren, afzetten tegen), of zoeken afleiding in hun werk of studie.

Verschillende vormen van probleem- en confrontatievermijding komen vaak voor. De respondenten proberen te vermijden aan hun problemen te denken, of gaan bij conflicten of belangentegenstellingen met anderen de confrontatie uit de weg. Zij verbergen voor hun ouders dat zij met een vriend uitgaan, of verzinnen smoesjes om activiteiten buitenshuis te kunnen ondernemen. Maar daarnaast doen zij ook een beroep op de steun bij vriendinnen of professionele hulpverleners om de emoties die rondom problemen spelen beter te kunnen hanteren.

4.5. Overeenkomsten en verschillen tussen de respondenten

In deze paragraaf vergelijken wij de onderzoeksresultaten op een andere wijze. Wij kijken in paragraaf 4.5.1 naar wat er aan overeenkomsten tussen deze respondenten bestaan en in paragraaf 4.5.2. geven wij verschillen weer. Tot slot wordt in paragraaf 4.5.3. gereflecteerd over de functies van bidden bij de probleemhantering van deze dertien moslima's.

4.5.1. Een vergelijkbare familieachtergrond

Uit deze onderzoeksresultaten komen veel overeenkomsten naar voren tussen de dertien geïnterviewde hoogopgeleide respondenten. Dit is niet zo vreemd aangezien

zij op basis van hun sociale kenmerken (zie paragraaf 4.3.1.) veel met elkaar delen. Zij zijn allemaal de succesvolle dochters van overwegend laaggeschoolde, gelovige, islamitische arbeidsmigranten, die voornamelijk afkomstig zijn uit rurale gebieden in Marokko. Deze situationele context kleurt hoe zij zichzelf en de wereld om hen heen beschrijven. Hun positie als migrantendochters beïnvloedt hun religiositeit, de spanningen die zij ervaren en de wijze waarop zij deze hanteren. Zoals uit de onderzoeksresultaten blijkt (zie paragraaf 4.3.3.1), komen zij uit gezinnen die op een onvoorwaardelijke wijze in de islam en God geloven. Daarnaast worden zij geconfronteerd met ouders die door hun verwachtingen, wensen en taboes spanningen bij hun kinderen oproepen (zie paragraaf 4.4.1), spanningen die bij hun leeftijdsgenoten van andere achtergronden nauwelijks een rol spelen.

Wat bij de vergelijking opvalt, is dat de wijze waarop deze islamitische respondenten over hun toekomst spreken niet alleen getuigt van vertrouwen en zelfvertrouwen, maar ook van een sterke verbondenheid met hun eigen gezin. Deze verbondenheid weerspiegelt zich in hun relatie met God en in hun Godsbeeld. Zij oriënteren zich bijna allemaal op levensdoelen die in hun omgeving en vooral door hun ouders worden gewaardeerd (zie paragraaf 4.3.2). Zij noemen nauwelijks doelen die hun ouders onacceptabel vinden. Deze jonge migrantendochters geven aan dat zij hun ouders trots willen maken door maatschappelijk succesvol te zijn. Op deze manier drukken zij hun respect uit voor de offers die hun ouders hebben gebracht door hun vaderland te verlaten en te migreren naar Nederland.

De sterke verbondenheid met de eigen ouders blijkt ook uit de wijze waarop de dertien respondenten zichzelf beschrijven. Zij zien overeenkomsten in persoonskenmerken tussen henzelf en hun eigen ouders en zijn door hun sociale, hulpvaardige eigenschappen en hun maatschappelijk succes dochters waar hun ouders trots op kunnen zijn.

Deze specifieke achtergrond verklaart waarom deze dertien respondenten bepaalde situaties spanningsvol vinden. Omdat zij veel waarde hechten aan de belangen en wensen van hun ouders, ondervinden zij stress als het hen niet lukt om hun maatschappelijke ambities te verwezenlijken. Zij ervaren ook stress als zij hun ouders om toestemming moeten vragen voor activiteiten die vanuit hun familie-tradities niet gepast zijn voor ongehuwde respectabele jonge vrouwen. Omdat zij net als hun ouders waarde hechten aan een huwelijk en het moederschap, ontstaan er spanningen rondom partnerkeuze. Het is voor hen lastig om een geschikte huwelijkskandidaat te vinden die zowel voor henzelf als voor hun ouders acceptabel is. Het discreet buiten medeweten van hun ouders om te moeten opereren ten einde een man te leren kennen, vraagt veel van hun contacten met vriendinnen. Dit maakt hen tevens kwetsbaar voor de avances van jonge mannen die daar misbruik van maken, zoals naar voren komt in het verhaal van Souad.

Wat betekent dit voor de religiositeit van deze hoogopgeleide moslima's van Marokkaanse afkomst? Deze hechte band met hun ouders komt ook naar voren als de respondenten over hun religiositeit spreken (zie paragraaf 4.3.3). De dertien geïnterviewde moslima's zijn de dochters van gelovige migranten. Net als hun ouders geloven alle respondenten onvoorwaardelijk in Allah en de islam. Zij geloven in de aanwezigheid van een almachtige, alwetende, beschermende, barmhartige, hun lot bepalende God. In de privacy van hun gebed ervaren zij God als actief, aanwezig en betrokken bij hun persoonlijke welzijn. Zij geloven dat God hen na hun overlijden naar de hemel of de hel kan sturen. Voor de meeste van deze vrouwen is het bestaan van de hel een realiteit waar zij in hun dagelijks leven rekening mee houden. Daardoor proberen zij naar vermogen zonden te voorkomen, religieuze plichten na te leven en goede daden te verrichten, zodat God, als Hij hun goede en slechte daden na hun overlijden afweegt, besluit hen toe te laten in het paradijs. Door hun religieuze plichten na te komen, dragen deze moslima's op een indirecte wijze bij aan de religieuze verdiensten van hun ouders. Zo kan God immers zien dat hun ouders hen als goede moslims hebben opgevoed.

Welke verschillen in copingstrategieën zijn er vanuit de dertien interviews tussen de generaties waarneembaar? Hoewel wij in deze studie geen onderzoek hebben gedaan naar de ouders zelf, zijn er door hun dochters wel verschillen geconstateerd die interessante veranderingen aan het licht brengen. Vrijwel alle ouders adviseren hun dochters om bij problemen altijd de hulp van God in de schakelen. Veel van onze respondenten doen dit ook. Daarnaast nemen zij de religieuze opvattingen en zingeving van hun ouders over als zij in hun dagelijks leven geconfronteerd worden met tegenslag, zoals bij het overlijden van dierbaren. Net als hun ouders vertrouwen de meeste geïnterviewde respondenten er op dat als je op God vertrouwt, "het goed komt".

Toch zijn de dertien respondenten van mening dat zij op een andere manier met hun geloof omgaan dan hun ouders. Zo benadrukken deze hoogopgeleide moslima's dat zij in vergelijking met hun moeder meer zeggenschap over hun eigen leven hebben en dat zij zich minder neerleggen bij het lot dat God hen brengt. Vooral de vrouwen van de eerste generatie die op financieel gebied geheel van hun man afhankelijk zijn, bidden tot God om moeilijke omstandigheden vol te houden. Zij vragen God om geduld (*sabr*) en dragen hun lijden in stilte. Zij uiten hun frustratie en ongenoegen vooral in de privacy van hun gebed. Deze moeders, zoals de moeder van Maryam, troosten zich door te geloven dat het aardse leven slechts tijdelijk is en zij hopen dat God hun lijden compenseert met *hasanat*, zodat zij na hun overlijden hun dierbaren weer in de hemel kunnen ontmoeten.

Hun dochters geloven nog steeds in het lot, maar zij beschikken over veel meer macht, vaardigheden en sociaal kapitaal dan hun moeders, waardoor zij zich

niet meer passief bij hun lot neer hoeven te leggen. Zij maken gebruik van niet-religieuze copingstrategieën, praten over hun problemen, geven aan wat zij zelf willen en zoeken naar adequate oplossingen. Als zij ongelukkig zijn met hun echtgenoot gaan zij scheiden. Zij maken nog steeds gebruik van religieuze zingeving, maar zijn daar niet meer alleen afhankelijk van om een gegeven situatie vol te kunnen houden. Religieuze begrippen als beproeving en het belang van geduld hebben bij de jonge generaties een nieuwe betekenis gekregen. Deze begrippen worden niet meer op een passieve manier ingevuld.

Sommige respondenten, zoals Farida, hebben de gewoonte van de oudere generatie overgenomen, om zich tegen zwarte magie of bezetenheid door geesten te beschermen. Zij spreken daarom regelmatig op de dag beschermingsformules uit of roepen God aan. Toch komt uit de interviews duidelijk naar voren dat de meeste hoogopgeleide islamitische vrouwen nog nauwelijks waarde hechten aan deze meer traditionele vormen van Marokkaanse religiositeit.

Deze dertien hoogopgeleide moslima's onderscheiden zich ook van hun meer traditioneel ingestelde ouders, doordat zij de invloed ondergaan van hun islamitische leeftijdsgenoten en gericht zijn op sociale media. Zij beschikken daardoor vaak over meer religieuze kennis dan hun ouders, die nauwelijks cursussen over de islam volgen, Nederlandse boeken over de islam lezen, religieuze informatie op het internet opzoeken, of op sociale media in discussie gaan met geloofsgenoten. De meeste ouders oriënteren zich nog op de traditionele religieuze opvattingen en praktijken waarmee zij vertrouwd zijn. Maar ook deze ouders veranderen op religieus gebied, omdat hun kinderen met hen in discussie gaan over de wijze waarop zij de islam interpreteren en praktiseren.

Ook bij rouwverwerking is er een verandering te zien. De moeder van Maryam houdt haar pijn verborgen voor haar kinderen en uit dit alleen naar God in smeekbedes, terwijl haar eigen dochter haar verdriet aan iedereen toont, er uitgebreid over praat en de tijd neemt om te rouwen. Dit proces is ook zichtbaar bij Layla, hoewel zij het net als haar vader lastig blijft vinden om haar gevoelens bij anderen te uiten, zoekt zij uiteindelijk wel steun bij een professionele hulpverleenster.

De relatie tot God is bij deze jonge, zelfbewuste, generatie moslima's veranderd van de enige steun en toeverlaat, naar degene die je de kracht geeft om je problemen onder ogen te zien en aan te pakken. Zij zijn van mening dat God hen talenten en mogelijkheden heeft gegeven, die zij moeten benutten. Dit wijst op een verschuiving van een meer afwachtcende religieuze copingstijl bij de oudere generatie vrouwen naar een samenwerkende religieuze copingstijl bij de jongere generatie. Er zijn echter onder de dertien geïnterviewde respondenten ook drie moslima's die minder dan de anderen geneigd zijn om bij problemen een beroep op

God te doen. Zij lossen hun problemen zoveel mogelijk zelf op. Opvallend daarbij is dat deze drie moslima's alle drie afkomstig zijn uit gezinnen waarvan de ouders niet in de plattelandsgebieden van de Rif van Noord-Marokko zijn opgegroeid, maar in een grote stad. De stedelijke context, de toegankelijkheid van onderwijsvoorzieningen en moderne vormen van religiositeit kunnen daar debet aan zijn.

Alle dertien geïnterviewde hoogopgeleide moslima's van Marokkaanse afkomst combineren bij problemen religieuze en niet-religieuze copingstrategieën. Zoals verwacht vanuit Pargament (1997) worden religieuze copingstrategieën vooral gebruikt om emoties te hanteren. Het gaat daarbij vooral om levensbedreigende of onherroepelijke situaties waarbij de mogelijkheid ontbreekt om het probleem op te lossen. Toch valt op dat deze vrouwen veel gebruik maken van conflictvermijdende strategieën. Emotioneel gedrag wordt volgens verschillende respondenten in hun gezin als teken van zwakte gezien, waardoor er een ongemakkelijke sfeer kan ontstaan en men de neiging heeft om elkaar te ontlopen om confrontatie en gezichtsverlies te vermijden. Als de respondenten hun emoties kunnen beheersen, doen zij anderen minder verdriet of voorkomen zij dat er taboes worden overtreden.

Een gevolg van het vermijden van het in gezinsverband naar elkaar uiten van emoties en het bespreken van onderlinge spanningen kan zijn dat er binnen deze migrantengezinnen van Marokkaanse afkomst geen ervaring wordt opgedaan in het onderling openlijk discussiëren over problemen. De manieren van coping die gezinsleden volgens sommige respondenten van elkaar zien, is het elkaar ontlopen en het zich afzonderen, waarbij ieder voor zich problemen alleen bij God durft te uiten. Op deze wijze blijven taboes in stand en ontwikkelt er zich geen open manier van communiceren over de problemen waarmee gezinsleden in hun dagelijks leven worstelen. Duidelijke voorbeelden hiervan geven de respondenten Ikram, Layla en Houda.

Confrontatievermijding is een copingstrategie die adequaat kan zijn binnen een context waarbinnen er sprake is van duidelijke machtsverhoudingen tussen ouders en kinderen en de religieuze plicht belangrijk gevonden wordt dat kinderen de eigen ouders respect betonen. Confrontatievermijding is ook zinvol als er binnen het gezin sprake is van taboes rondom seksualiteit en intimiteit. Zo is het voor alle respondenten niet passend en spanningsvol om met de eigen ouders op een vrije manier over seksualiteit en relaties te spreken. Alleen Souad geeft aan dat zij soms met haar moeder over een vriendje in gesprek kan gaan. Daarentegen heeft zij een heel strenge vader, met wie zij zelfs niet kan onderhandelen over het tijdstip waarop zij als zesentwintigjarige dochter thuis moet zijn. En Khadija durft haar ouders niet te zeggen dat zij een andere studie wil kiezen en dat zij haar verloofde in privacy wil ontmoeten om hem beter leren kennen.

Ook ten aanzien van het contact van de respondenten met vriendinnen komt confrontatievermijding naar voren. Er is sprake van wantrouwen jegens vriendinnen omdat zij vertrouwen kunnen beschamen en iets door kunnen vertellen aan anderen, bijvoorbeeld bij de omgang met een vriendje. Daarom durven sommige vrouwen hun emoties alleen bij God te uiten, in plaats van dat zij steun zoeken bij anderen. Dit staat ook in verband met de sociale controle die binnen de eigen etnische gemeenschap voorkomt.

Vanuit hun angst om culturele taboes te doorbreken, doen deze jonge vrouwen van Marokkaanse afkomst een beroep op religieuze copingstrategieën, ook in situaties waarin het adequater zou zijn om de confrontatie met anderen aan te gaan. Zij willen de lieve vrede bewaren en geen “slapende honden wakker maken”. Zij willen vermijden dat anderen slecht over hen denken of dat zij dierbaren verdriet doen. Zij willen hen niet belasten met hun problemen en zorgen. Verschillende respondenten geven bijvoorbeeld aan dat zij te lang hebben vermeden om een probleem aan te pakken. Een voorbeeld hiervan is Layla. Pas toen haar stress zo hoog opliep dat zij last kreeg van nachtmerries, heeft zij de hulp ingeschakeld van een professionele hulpverlener.

Uit de interviews komt naar voren dat binnen een context waarin confrontatievermijding belangrijk is, het bidden tot God een speciale betekenis krijgt. Door hun eigen verlangens en frustraties enkel naar God te uiten en niet naar betrokkenen zelf, respecteren de respondenten de bestaande onderlinge gezinsverhoudingen. Daar voelen zij zich prettig bij. Want als zij hun eigen emoties alleen aan God toevertrouwen zijn zij beter in staat om zichzelf te beheersen, waardoor ongemak en escalatie voorkomen kunnen worden. Hierdoor ontstaat er ook minder schuldgevoel naar de eigen ouders toe. Als het respect betonen aan de eigen ouders heel belangrijk wordt gevonden, kan het immers spanningen oproepen als men deze norm overtreedt. Dit komt naar voren in het verhaal van Souad, waarin zij aangeeft dat zij zich schuldig voelt omdat zij een keer is uitgevallen tegen haar moeder.

Kortom door zich te beheersen kunnen deze moslima's op een diplomatieke wijze opereren. Op deze wijze helpt religie en bidden in het bijzonder, om zowel de lieve vrede te bewaren door confrontaties met dierbaren over pijnlijke gevoelige kwesties te vermijden, als om op een strategische wijze voor hun belangen op te kunnen komen.

Het beheersen van de eigen emoties met behulp van bidden ondersteunt deze moslima's om meer volgens de eigen religieuze idealen te leven. Door hun emoties alleen bij God te uiten, verkrijgen zij rust en zijn zij in staat om het hoofd koel te houden. Zo kunnen zij zichzelf beheersen en schade voorkomen die een emotionele uitbarsting teweeg zou kunnen brengen. Dit verwijst naar gedrag dat in de koran “*aql*” wordt genoemd, dit wil zeggen het op een verstandige, welover-

wogen en rustige wijze opereren. Met dit gedrag tonen deze moslima's God dat zij zichzelf goed gedragen. Zij respecteren hun ouders en onderhouden goede relaties met hun medemens. Een voordeel hiervan is dat zij minder problemen aan hun hoofd hebben en tijd vrij hebben om te kunnen studeren of hun beroep te kunnen uitoefenen. De keerzijde hiervan is echter dat zij daardoor soms confrontaties uitstellen die uiteindelijk toch belangrijk zijn voor hun persoonlijk welzijn.

4.5.2. Verschillen tussen vrome, vertrouwensvolle, twijfelende en vrijdenkende moslima's

Hoewel de overeenkomsten in het religieuze vertoog tussen de dertien respondenten groot zijn, verschillen de dertien respondenten in de mate waarin ze gericht zijn op God of hun aardse leven. Sommigen geven vooral prioriteit aan hun religieuze doelen, terwijl anderen ook veel waarde hechten aan wereldse zaken, zoals individuele ontwikkeling, beroeps carrière, huwelijksplannen, of gezinsgeluk, waarbij zij vanuit deze profane doelen concessies doen aan hun religieuze idealen. Er zijn tussen deze respondenten ook verschillen in de mate waarin zij op God vertrouwen of van mening zijn dat God hen iets zal aanrekenen.

Wij onderscheiden op basis van de kwalitatieve analyse vier groepen moslima's namelijk: vrome, vertrouwensvolle, twijfelende en vrijdenkende moslima's. Deze indeling is gebaseerd op de uitgebreide en systematische vergelijking op basis van de antwoorden van alle respondenten afzonderlijk per categorie. Daarbij gaat het echter meer om relatieve verschillen, dan om duidelijk te onderscheiden type vrouwen.

Vrome moslima's

Zoals al uit de vorige paragrafen naar voren is gekomen, zijn Farida, Chaima, Ikram, en Ouafa sterker dan de andere respondenten gericht zijn op het religieuze domein en het dagelijks vijf keer per dag vervullen van hun gebedsplicht. Deze vier moslima's benadrukken in het interview meer dan de andere respondenten dat zij de islam zo goed mogelijk willen te praktiseren. Zij bidden veel tot God en wel op onvoorwaardelijke wijze. Zij zijn gewend en ook gehecht geraakt aan het uitvoeren van het *salaat* ritueel. Daarnaast bidden zij veel smeekbedes en andere islamitische gebeden.

Deze vier vrouwen stellen religieuze doelen en idealen voorop, zij zijn nauwgezet in het naleven van hun religieuze plichten, ontwikkelen hun devotie naar God, vergroten hun religieuze kennis en dragen deze naar anderen uit. Zij spreken over religieuze emoties zoals ontzag en ontroering voor Gods schepping en het belang van vergeving. Zij proberen zonden te vermijden door de verleidingen van

de duivel te weerstaan en zondig gedrag (*zina*) te voorkomen. Zij doen hun best om zich als moslima te gedragen door goed te zijn voor hun medemens en door degenen die hen pijn hebben gedaan te vergeven.

Deze vier respondenten zijn ook meer dan de andere negen geïnterviewde vrouwen gericht op het ontwikkelen en uitdragen van hun religieuze kennis. Zij refereren tijdens het interview aan religieuze bronnen, voorschriften en cursussen over de islam die zij hebben gevolgd. Ook brengen zij in het contact met anderen religieuze opvattingen en gevoelens ter sprake. Zij vertellen over de schoonheid van de islam, spreken over hun religieuze inspiratie en zij wijzen anderen op het belang van religieuze begrippen als dankbaarheid en vergeving.

Het bidgedrag van deze vrouwen kenmerkt zich door plichtsgerichtheid en liefde voor God. Zij voelen zich er prettig bij als zij de *salaat* zo veel mogelijk op de vijf voorgeschreven gebedstijden bidden, overal waar dit mogelijk is. Als zij buitenshuis zijn en er een bepaalde gebedstijd is aangebroken, zoeken zij naar een geschikte plek om hun ritueel te kunnen verrichten. Zij spreken in relatie tot het bidden van een intens contact met hun Schepper. Ook buiten het *salaat*gebed denken zij vaak aan God. En zij loven hun Heer ook in andere gebeden, zoals in smeekbedes en lofgebeden. Het verrichten van hun gebeden geeft hen naast rust en ontspanning ook gemoedsrust omdat zij dan aan deze belangrijke religieuze plicht hebben voldaan. Zij zijn op grond daarvan te beschouwen als vrome moslima's.

Een voorbeeld van een op vroomheid gerichte moslima die veel en met toewijding bidt, is Farida. Elke dag is zij gemotiveerd om de islam te praktiseren. Zij staat eerder op om het ochtendgebed van de *salaat* te verrichten en heeft haar leven zo ingericht dat zij overal waar zij is de *salaat* volgens de rituele voorschriften op tijd kan bidden. Als zij in de ochtend onopgemaakt de deur uit gaat, draagt zij de juiste kleding en zit haar gebedskleed in haar tas. Ook heeft zij het met haar stage-instelling en opleiding geregeld dat zij op de vaste gebedstijden kan bidden. Overdag bidt zij de gehele dag door tot God, ook buiten de *salaat*gebeden om, zo voelt zij zich altijd door God beschermd tegen de invloed van de duivel. Farida is van mening dat God altijd voor haar klaar staat en bereid is haar te helpen. Zij getuigt van een sterke motivatie om de islam te praktiseren en draagt haar kennis over de islam naar anderen uit.

Deze gerichtheid op vroomheid blijkt ook uit de hoge scores van deze respondenten op de schalen voor het meten van religiositeit uit het kwantitatieve onderzoek²⁵. Deze vier vrome moslima's bidden in vergelijking met de andere negen vrouwen relatief meer op een onvoorwaardelijke wijze. Deze vrouwen zijn sterk religieus georiënteerd, dit is ook terug te zien in andere schaa scores.

²⁵ Zie hiervoor bijlage 4 (bladzijde 409).

Bij de schalen voor het meten van religieuze coping scoren deze vrome moslima's hoog op de samenwerkende religieuze copingstijl van Pargament (1997) en hoog tot heel hoog op de schaal voor positieve religieuze coping. Zij scoren matig hoog tot hoog op de schaal voor receptieve coping. Daarin verschillen zij van de vertrouwensvolle moslima's, de tweede groep die wij onderscheiden, die juist zowel zeer hoog scoren op de samenwerkende religieuze copingstijlschaal als op de schaal voor receptieve coping.

Ook uit de kwalitatieve analyse komt naar voren dat deze vrome moslima's veel gebruik maken van religieuze coping. Vooral de respondenten Farida, Chaima en Ouafa zien het aardse bestaan als een tijdelijke overgang naar het eeuwige leven in het hiernamaals, waardoor zij zich minder zorgen maken over aardse problemen. Problemen beschouwen zij vooral als een beproeving die God hen stuurt om de kracht van hun geloof te testen. Zij willen niet te veel tijd besteden aan hun aardse beslommeringen en zorgen. Hun aardse leven staat in het teken van het aan God tonen dat zij Zijn geboden en verboden zo goed mogelijk proberen na te leven. Er zijn immers goede en slechte tijden. Als hen iets naars buiten hun eigen schuld overkomt, zien zij dit als voorbestemd en zoeken zij naar de redenen die God daarbij zal hebben.

De andere negen vrouwen zijn ook heel gelovig, maar in vergelijking met de vrome moslima's geven zij in hun dagelijks leven toch meer prioriteit aan hun wereldse doelen, zoals gelukkig zijn met hun dierbaren, het verkrijgen van een leuke levenspartner, een gewenste baan, het zichzelf ontwikkelen door te studeren, het verwerven van meer persoonlijke autonomie, het verwezenlijken van hun persoonlijke wensen en ambities, zoals een politieke carrière of reizen. Deze gelovige moslima's vrouwen combineren hun religieuze oriëntatie met hun wereldse wensen en behoeften. De mate waarin zij dit doen, verschilt van elkaar.

Vertrouwensvolle moslima's

Vrouwen als Tamrah, Layla, Houda en Maryam combineren een sterke religieuze oriëntatie met hun wereldse ambities. Zij staan op een vertrouwensvolle wijze in het leven en hebben een positief beeld van de toekomst. Zij hebben veel zelfvertrouwen en geloven in hun eigen capaciteiten en het verwezenlijken van hun wereldse dromen. Op religieus gebied benadrukken zij de liefdevolle, begripvolle, barmhartige eigenschappen van God en zij vertrouwen er op dat Hij hun zonden zal vergeven, omdat Hij immers kan zien dat zij hun best doen om een goede moslima te zijn.

Zij stellen zich minder plichtsgericht en meer tolerant op naar islamitische geboden en verboden. Zij geloven net als de vrome moslima's onvoorwaardelijk in God en de islam, maar zij leggen minder de nadruk op het ontwikkelen van hun

religieuze kennis. Zij maken zich minder druk om het niet op tijd bidden van de *salaat*. Zij zijn van mening dat God het hen niet aanrekent als zij later op de dag hun gebeden inhalen. Ook menen zij dat God hen altijd zal steunen als zij Zijn hulp inroepen. Deze moslima's spreken minder dan de vrome moslima's over religieuze emoties zoals ontzag, ontroering, wroeging en vergeving. Zij maken zich minder zorgen om de hel en hun zonden.

De sterke religiositeit van deze vertrouwensvolle vrouwen wordt bevestigd door hun hoge scores op diverse religiositeitsschalen. Deze moslima's bidden veel, zij bidden over het algemeen vooral het religieuze gebed en het crisisgebed.

Deze groep vertrouwensvolle moslima's schakelt bij hun aardse problemen of die van hun medemens, altijd de hulp van God in. Vervolgens pakken zij hun problemen ook zelf aan. Daarbij denken sommigen dat God hen ook oplossingen stuurt of mensen om hen te helpen. Zij vinden het prettig om in hun gebed hun hart bij God te luchten. Zij geloven daarbij dat God hen altijd zal helpen. Dit vergroot hun vertrouwen en dit geeft hen hoop dat iets goed zal komen. Problemen beschouwen zij meer als een levensles waardoor zij als mens wijzer worden, dan als beproeving van hun trouw aan God.

De wijze waarop deze geïnterviewde respondenten tijdens het interview over de rol van hun geloof bij het hanteren van problemen vertellen, komt overeen met de kwantitatieve onderzoeksgegevens. Deze vertrouwensvolle moslima's hebben in vergelijking met de andere geïnterviewde vrouwen hogere scores op de samenwerkende religieuze copingstijl, de laagste scores op de zelfsturende stijl, en hoge scores op de positieve religieuze copingschaal van Pargament et al. (2000). In vergelijking met alle andere respondenten scoren zij ook het hoogste op de schaal voor receptieve coping (de Receptiviteit) van Alma, Van Uden & Pieper (2003). Het zijn kortom vrouwen die op een heel positieve en vertrouwensvolle wijze geloven en in het leven staan. In bijlage 4 van deze studie zijn de schaalscores van deze vertrouwensvolle moslima's weergegeven.

Twijfelende moslima's

Khadija en Souad zijn meer ambivalent in de wijze waarop zij spreken over hun geloof en de wijze waarop zij de islam praktiseren. Zij zijn sterk gericht op hun geloof, maar zij leggen minder de nadruk op het ontwikkelen van vroomheid, of getuigen minder van vertrouwen dat het met hulp van God wel goed zal komen. Zij uiten twijfels over wat God met hen in hun wereldse leven en in het hiernamaals voorheeft. Zij spreken over hun angst voor de hel. Khadija noemt zichzelf net als haar vader soms een "malertje", omdat zij niet zo kordaat weet op te treden als haar moeder. Zij vindt dat zij vaak onnodig piekert of twijfelt over wat zij het beste kan doen.

Deze meer twijfelende moslima's geven prioriteit aan hun aardse wensen en verlangens, maar zij zijn onzeker over hun toekomst. Zij weten niet of zij wel gelukkig zullen worden met hun huidige vriend of verloofde. Deze vrouwen beschrijven God op meer ambivalente wijze, zij benadrukken zowel Zijn liefdevolle als strenge eigenschappen. Zij proberen door het naleven van hun religieuze plichten, zoals het bidden van de *salaat*, hun zonden te compenseren. Maar zij zijn er niet zeker van dat zij daarmee de hel kunnen voorkomen. Deze twijfelende moslima's hebben in vergelijking met de vrome en de vertrouwensvolle moslima's in het algemeen een minder hoge score op de schalen voor het meten van de religiositeit.

Deze twijfelende moslima's verschillen ook in de manier waarop zij in vergelijking met de vrome en de vertrouwensvolle moslima's omgaan met problemen. Dagelijks vragen zij God om hen voor teleurstelling te behoeden. Zij beloven Hem dan dat zij later hun best zullen doen om Zijn voorschriften beter na te leven. Deze vrouwen zijn er minder zeker van dat iets met hulp van God goed zal komen. Hun problemen staan in verband met hun afhankelijkheid van het gedrag van anderen, waarop zij geen invloed kunnen uitoefenen. Beide vrouwen hopen op een gelukkig huwelijk, maar zij zijn onzeker over hun partner. De een omdat zij niet weet of haar huidige vriend haar ten huwelijk zal vragen, de ander omdat zij niet weet of haar verloofde wel de juiste man voor haar is. Beide vrouwen denken na over wat hen in het verleden overkomen is en vragen zich af welke bedoelingen God hiermee heeft gehad. Khadija heeft bij het herhaaldelijk zakken voor haar rijexamen weleens aan God getwijfeld.

Uit het kwalitatieve onderzoek ontstaat het beeld dat deze moslima's het bidden van smeekbedes als middel gebruiken om de zorgen die zij zich maken over hun toekomst te beheersen. Zij zijn ongerust of het wel goed zal aflopen. Bidden helpt hen om te blijven hopen dat het goed zal komen. Zij zijn meer te duiden als twijfelende moslima's dan als vrome of vertrouwensvolle moslima's. Dit beeld is terug te zien in de scores van deze vrouwen op de verschillende religieuze coping-schalen. Opvallend is dat deze moslima's niet hoog scoren op de verschillende religieuze copingschalen.

Vrijdenkende moslima's

Tot slot zijn er drie moslima's, Yousra, Najoua en Assia die zich op religieus gebied in vergelijking met de andere tien geïnterviewde vrouwen wat vrijblijvender en kritischer opstellen. Zij zijn meer te beschouwen als vrijdenkende moslima's. Zij geloven wel, maar zij geven prioriteit aan hun wereldse bestaan en spreken op een meer vrije manier over hun geloof. Zij willen zowel gelukkig zijn als dat zij een positieve bijdrage willen leveren aan de maatschappij. Zij benadrukken minder hun

religieuze plichten en het hiernamaals dan de vrome moslima's, ook geven zij minder aan dat het met steun van God goed komt, zoals de vertrouwensvolle moslima's. Zij getuigen van meer zelfvertrouwen in het verwezenlijken van hun wereldse ambities dan de twijfelende moslima's.

De islam en het contact met God speelt een belangrijke rol in hun leven, maar zij laten zich op kritische wijze uit over geloofsgenoten die de islam op een strenge wijze interpreteren. Bidden vinden zij belangrijk, omdat zij God willen eren en zij dit verbinden met het verdienen van het paradijs. Maar zij zijn niet zo streng en nauwgezet in de wijze waarop zij hun gebedsrituelen uitvoeren. Hoewel zij er wel over nadenken, leggen zij minder de nadruk op de straf van God en de hel. Twee van hen, Najoua en Assia, hebben kritiek op wat geloofsgenoten hier allemaal over zeggen.

Bij het kwantitatieve onderzoek scoren deze vrijdenkende respondenten in vergelijking met de andere tien moslima's minder uitgesproken hoog op de verschillende religiositeitschalen en bidvarianten. Zij zijn ook minder geneigd om bij hun probleemhantering altijd God in te schakelen. Deze bevindingen worden bevestigd doordat zij in vergelijking met de andere tien moslima's relatief hoger scoren op de zelfsturende religieuze copingstijl van Pargament (1997). Van alle geïnterviewde vrouwen is deze score het hoogst bij de kritisch ingestelde Assia. Zij scoort ook relatief laag op de samenwerkende en de afwachtende religieuze copingstijl. Zoals gezegd worden de verschillen en overeenkomsten tussen deze vier groepen moslima's in bijlage 4 (bladzijde 409) op schematische wijze toegelicht.

4.5.3. Reflectie over de functies van bidden in het copingproces

Wat kunnen wij tot slot vaststellen over de functies die het bidden vervult bij het hanteren van problemen? In het vertoog van deze moslima's komt bidden naar voren als activiteit die belangrijk is voor het reduceren van de stress die zij rondom problemen ervaren. Daarbij blijkt dat deze islamitische respondenten op verschillende manieren bidden en dat er ook verschillende functies te onderscheiden zijn die kunnen verklaren waarom hun bidgedrag bijdraagt aan stressreductie.

De wijze waarop deze islamitische vrouwen bidden maakt duidelijk dat bidden een complexe vorm van gedrag is zoals Ladd & Spilka (2013) en Pargament et al. (2015) aangeven. Bidden als copingstrategie vervult verschillende psychologische en fysiologische functies die bijdragen aan stressreductie. Bidden als copingstrategie kan daardoor een rol spelen bij het herstel van gevoelens van welbevinden die door stress in verband met problemen zijn verstoord. Hoe bidden deze rol kan vervullen kan verhelderd worden met behulp van het theoretische model dat in hoofdstuk 2 is gepresenteerd. In dit theoretische model, worden acht

functies onderscheiden die kunnen verklaren waarom bidden een effectieve copingstrategie kan zijn. Dit model is gebaseerd op de theorie van Pargament et al. (2000; 2011), aangevuld met de theorie van Levine (2008) en Masters & Spielmans (2007).

Als wij kijken naar wat bidden bij problemen voor deze respondenten betekent dan zijn al deze te onderscheiden theoretische functies terug te vinden. Als deze dertien geïnterviewde moslima's problemen hebben, dan helpt bidden hen om hun stress te verminderen, omdat: (1.) bidden bijdraagt aan het vinden van betekenis; (2.) bidden hen controle geeft over problematische situaties; (3.) bidden emotionele geborgenheid biedt in nabijheid van God; (4.) bidden de verbinding met geloofsgenoten bevordert; (5.) bidden innerlijke verandering en groei stimuleert; (6.) bidden de religieuze identiteit versterkt; (7.) bidden een middel is voor geloofsverdieping en zo afleidt van problemen en omdat (8.) bidden lichamelijke ontspanning bevordert. In de verhalen van de dertien moslima's zijn deze verschillende functies van bidden verbonden met elkaar, zij lopen in elkaar over of versterken elkaar.

De eerste functie van het geven van betekenis aan moeilijke situaties door te bidden, komt sterk naar voren in de vertogen van deze dertien moslima's. Als deze jonge vrouwen bij stress bidden, treedt religieuze betekenisgeving naar de voorgrond. Voorbeelden daarvan zijn de gedachten van Chaima over haar mislukte huwelijk, de wijze waarop Layla haar traumatische ervaringen herkadert en de reflectie van Ouafa over de scheiding van haar ouders. Ouafa komt door te bidden tot het inzicht dat zij als moslim weet dat alles allemaal zo erg niet is, dat zij moet accepteren dat er goede en slechte tijden in het leven bestaan, dat zij als moslim God tevreden moet houden en zich niet moet laten afleiden door aardse zorgen. Voor haar telt immers vooral de relatie met God, het nakomen van haar religieuze plichten, het vergeven van anderen en het paradijs.

De respondenten getuigen ook van de tweede functie van bidden in nood, namelijk bidden om invloed uit te kunnen oefenen. Door te bidden op moeilijke momenten proberen deze dertien respondenten hun houvast te vergroten en hun angsten te beteugelen. Een voorbeeld hiervan geven de respondenten Khadija en Souad als zij in onzekerheid verkeren over hun levenspartner. Door God dagelijks te smeken dat het goed mag aflopen met hun huwelijksplannen, hanteren zij hun onzekerheid over wat de toekomst hen zal brengen.

Daarbij fungeert bidden ook als middel om de eigen emoties beter te kunnen hanteren. Hierdoor zijn verschillende moslima's beter in staat om te voorkomen dat hun problemen met anderen verergeren. Een voorbeeld hiervan geeft Layla. Zij is van mening dat zij met behulp van bidden haar frustraties naar anderen beter in toom kan houden. Zij geeft aan dat bidden haar vergevingsgezinder en milder heeft

gemaakt ten opzichte van haar vader en familieleden. Ook Tamrah vindt dat zij door bij tegenslag tot God te bidden, zichzelf beter kan beheersen, waardoor zij minder als “een kip zonder kop” op situaties reageert. Door te bidden houdt zij het hoofd koel en gebruikt zij haar verstand (*aql*), zoals voorgeschreven wordt in de islam.

Twee respondenten, Chaima en Ouafa, vertellen dat zij in een periode van hun leven zo in beslag zijn genomen door problemen, dat zij het contact met God en hun religieuze gebedsplicht verzaakt hebben. De confrontatie met problemen heeft hen dus niet meer maar juist minder doen bidden. Zij zijn door hun problemen even het religieuze spoor bijster. In een latere fase herstellen zij de band met God en helpt de islam en het bidden hen om hun psychische evenwicht te hervinden. Dit geeft aan dat in hun situatie bidden bijdraagt aan het hervinden van zelfcontrole.

De derde functie van bidden, het vinden van troost in de nabijheid van God, wordt ook door alle respondenten naar voren gebracht. God fungeert op moeilijke momenten als hun steun en toeverlaat. Door tot God te bidden voelen zij zich gesteund en vinden zij de kracht om met problemen om te kunnen gaan. Voor sommige respondenten is het genoeg om in algemene zin aan God te vragen of Hij hun zorgen van hen weg wil nemen, of het goede naderbij wil laten komen. Dit geldt bijvoorbeeld voor Najoua en Maryam. Anderen storten hun hart bij God uit, huilen uit en praten in hun gebed hun zorgen van zich af. Dit geldt bijvoorbeeld voor respondenten Khadija, Tamrah, Chaima, Layla, Ouafa, Houda en Souad.

De meeste respondenten ervaren God als zeer nabij en betrokken. God zit in hun hart, kent al hun gedachten en gevoelens, God begrijpt hen als geen ander, bij Hem kunnen zij alles kwijt en dat lucht hen op. Daardoor voelen zij zich na het gebed beter. Als zij familieleden hebben verloren, troosten zij zichzelf door voor hun welzijn in het hiernamaals te bidden en door God te vragen of zij daar weer met hun dierbaren verenigd kunnen worden.

Hoe God als haar steun en toeverlaat fungeert, komt naar voren in het interview met Chaima. Als zij heel verontwaardigd is over een opmerking van een vriend over haar lagere status als gescheiden vrouw, uit zij haar frustraties hierover direct in haar gebed tot God. Hierdoor is zij in staat om haar zelfrespect als moslima te hervinden en kan zij zich in een gesprek met deze vriend openstellen voor zijn standpunten.

Ook de vierde functie van bidden in moeilijke tijden, de verbinding met geloofsgenoten speelt een belangrijke rol in het leven van deze moslima's. Zij vertellen over de steun die zij ervaren als hun eigen moeders voor hen smeekebeden bidden, bijvoorbeeld bij tentamens of examens. Houda vermindert haar spanning voor examens, door samen met haar islamitische vriendinnen *salaat*gebeden te verrichten, door zo “even die rust te zoeken”. Ook het samen bidden met of ten behoeve van geloofsgenoten rondom de ziekte en het overlijden

van familieleden ervaren zij als waardevol. Zo is Maryam geraakt als de imam in de moskee bidt voor haar overleden vader. En Najoua bidt na het overlijden van haar schoonmoeder in Marokko smeekbeden voor zowel haar overleden schoonmoeder als voor het welzijn van haar echtgenoot.

De vijfde functie van bidden, bidden als middel om bij de confrontatie met problemen innerlijke groei en transformatie te bevorderen, zien wij terug in de verhalen van Chaima en Ouafa. Beide vrouwen zijn zich door het naleven van hun gebedsplicht meer bewust geworden van het belang van hun verbinding met God, het tonen van berouw en het vergeven van degenen die hen pijn hebben gedaan. Tijdens haar gebed roept Ouafa regelmatig religieuze emoties op, zoals wroeging vanwege het intieme contact met een vriendje, of denk zij aan het belang om anderen te vergeven. Daardoor heeft zij haar vader “vergeving” gebracht en wordt hun relatie nu niet meer gedomineerd door haar boosheid vanwege zijn gedrag naar haar moeder. Ook is zij er zich nu meer bewust van dat zij aan haar zusjes het goede voorbeeld wil geven.

De zesde functie van bidden, stressvermindering doordat bidden de islamitische identiteit versterkt, komt ook in de vertogen van respondenten Chaima en Ouafa naar voren. Beide vrouwen zijn na een moeilijke periode sterk gericht geraakt op het ontwikkelen van hun identiteit als moslima. Zij bidden daarom plichtsgetrouw en versterken daarmee hun band met God. Dit contact met God en de voldoening dat zij God trouw zijn en hun religieuze plichten vervullen, vergroot hun zelfwaardering. Hierdoor kunnen zij het leven beter aan. Zo beseft Ouafa door te bidden dat het leven niet alleen zonneshijns is en bedenkt Chaima dat zij als moslima bij haar scheiding geen zonden heeft begaan, want zij is immers binnen het huwelijk en dus *halal* ontmaagd.

De zevende functie van bidden bij problemen, bidden als middel voor geloofsverdieping, waarbij men afleiding vindt door de focus op het heilige en de wereld van God, is ook in het verhaal van Chaima en Ouafa terug te vinden. Ook Farida voelt zich door veel te bidden de gehele dag door in verbinding met God, door deze sacrale werkelijkheid raken aardse problemen haar minder. Op deze wijze schermen deze moslima's zich af van nare gebeurtenissen, teleurstellingen en verdriet.

De achtste functie van bidden, het lichamenlijk tot ontspanning komen waardoor de stress rondom problemen afneemt, is ook herkenbaar in de verhalen van de respondenten. Zij ervaren het verrichten van het *salaatritueel* als rustgevend en ontspannend, daardoor nemen hun emotionele reacties op situaties af en maken zij zich minder zorgen. Ook het uitspreken van smeekbedes of het uitgebreid vertellen aan God wat hen overkomen is of dwars zit, lucht hen op. Dit komt bijvoorbeeld terug in de verhalen van de respondenten Khadija en Souad die zich

zorgen maken over een toekomstig huwelijk. Zij verminderen hun stress door hun dagelijkse *salaat*gebeden te combineren met smeekbedes waarin zij God om hulp vragen.

Kortom als de moslima's uit onze studieproblemen hebben, reduceren zij hun stress door te bidden. Daarbij zijn er vanuit onze kwalitatieve analyse verschillende functies te onderscheiden die het bidden op moeilijke, spanningsvolle momenten vervult. Deze functies komen overeen met het werkmodel dat wij hebben gevormd vanuit de theorievorming en het onderzoek naar bidden en religieuze coping.

Het gaat bij onze kwalitatieve analyse slechts om een groep van dertien hoogopgeleide moslima's, die geselecteerd is uit een groep van 177 respondenten. De vraag is in hoeverre deze groep ten aanzien van hun religiositeit en coping representatief is voor andere Nederlandse moslima's van Marokkaanse afkomst. De vraag is ook wat daarbij de invloed is geweest van de migratie van hun families naar Nederland. Deze vragen worden in het volgende hoofdstuk 5 behandeld. In dit hoofdstuk wordt vanuit de geschiedenis weergegeven wat er op basis van onderzoek bekend is over de veranderingen in de maatschappelijke positie, de religiositeit, de problemen en manieren van coping van verschillende generaties Nederlanders van Marokkaanse afkomst. Dit overzicht plaatst de onderzoeksresultaten van deze studie in een breder maatschappelijk perspectief.

Hoofdstuk 5. Religie en coping na migratie naar Nederland

5.1. Inleiding

In dit hoofdstuk brengen wij de onderzoeksresultaten uit deze studie in verband met de Nederlandse context die de religiositeit en coping van de hoogopgeleide islamitische vrouwen uit onze studie heeft beïnvloed. De vraag die in dit hoofdstuk centraal staat is welke veranderingen er na de migratie naar Nederland bij deze families uit Marokko zijn opgetreden in religiositeit en coping. Welke rol heeft religie gespeeld bij hun aanpassingsproces aan de Nederlandse samenleving?

De vrouwen uit ons onderzoek behoren tot een groep Nederlanders met een specifieke familiegeschiedenis, cultuur en religieuze achtergrond. Zij zijn vrijwel allemaal de (klein)dochters van laaggeschoolde islamitische arbeidsmigranten, die vanaf 1960 vanuit armere plattelandsgebieden vanuit Marokko naar het geseculariseerde Nederland zijn gemigreerd. Zoals blijkt uit het kwalitatieve onderzoek dat in hoofdstuk 4 is gepresenteerd, oefent deze migratieachtergrond van hun familie invloed uit op hun levensdoelen, zelfbeeld, identiteit en religiositeit. Ook de problemen die zij ervaren en hun wijze van coping zijn hieraan te relateren.

Maar in vergelijking met de eerste generatie heeft deze jonge generatie hoogopgeleide vrouwen zich op succesvolle wijze aangepast aan de Nederlandse samenleving. Uit hun verhalen blijkt dat zij hun eigen keuzes maken, hun beroeps carrière vormgeven en dat zij steeds minder waarde hechten aan de culturele tradities en taal van hun ouders. Toch worden zij binnen de Nederlandse samenleving nog steeds op hun anders-zijn gewezen en raakt het hen dat er in het maatschappelijke debat op negatieve wijze over hun Marokkaanse afkomst en religie wordt gesproken. Bij het hanteren van de problemen die er thuis en buitenshuis zijn ontstaan, hebben deze jonge vrouwen steun gevonden bij het geloof van hun ouders. Zij hebben daarbij hun persoonlijke vormen van religieuze coping ontwikkeld, waardoor zij hun spanningen beter kunnen hanteren. Ook hun manier van bidden helpt daarbij. Daarin staan zij niet alleen. Zij delen dit proces met andere jongeren van Marokkaanse afkomst.

In dit hoofdstuk wordt per periode aangegeven welke veranderingen er zijn opgetreden in de maatschappelijke positie, religiositeit, type problemen en wijze van coping van deze groep migrantenfamilies uit Marokko. Vanuit dit historische overzicht van het adaptatieproces van deze families aan de Nederlandse samenleving wordt duidelijk welke rol de islam en het bidden tot Allah daarbij hebben

gespeeld. Ook wordt verhelderd welke veranderingen er in de loop der tijd zijn opgetreden in religieuze oriëntaties en manieren van religieuze coping.

Wij baseren het historische onderzoek op verschillende soorten bronnen. Wij hebben gebruik gemaakt van oude en nieuwe onderzoeksrapporten en documenten waarin een beeld wordt gegeven van de religiositeit, de problemen en coping van deze migrantenfamilies net voor en na hun komst naar Nederland. De Nederlandse overheid heeft veel onderzoek geïnitieerd, om zo beleid te kunnen ontwikkelen om deze groep Marokkaanse arbeidsmigranten en hun kinderen te ondersteunen bij hun aanpassing aan de Nederlandse samenleving. Ook zijn er gegevens beschikbaar over de groep hoogopgeleide vrouwen van Marokkaanse herkomst. Zo zijn de problemen en dilemma's van hoogopgeleide vrouwen van Marokkaanse afkomst beschreven (Buitelaar 2009). Daarnaast zijn er publicaties verschenen waarin Marokkaans Nederlandse vrouwen de problemen van henzelf, hun families en die van de Marokkaanse gemeenschap hebben beschreven (Choho 2006; Bouali 2006; Benkaddour 2010).

Dit hoofdstuk is als volgt opgebouwd. In paragraaf 5.2. wordt de theorievorming over stress en coping na de migratie weergegeven. In paragraaf 5.3. wordt behandeld wat er bekend is over de maatschappelijke positie, de religiositeit, de problemen en de wijze van coping van Marokkaanse families voorafgaand aan hun migratie naar Nederland. In paragraaf 5.4. wordt vervolgens hun adaptatieproces in verschillende perioden aan de Nederlandse samenleving uiteengezet. In paragraaf 5.5. koppelen wij deze onderzoeksbevindingen terug naar welke veranderingen er zijn opgetreden in het copingproces van deze islamitische vrouwen en wat daarbij de rol van religie is geweest.

5.2. Theorievorming over stress en coping na migratie

In deze paragraaf wordt de theorie en het onderzoek weergegeven dat inzicht geeft in de vormen van stress die na de migratie naar een nieuw land kunnen optreden en welke verschillende manieren van coping daarbij worden gehanteerd. Volgens Berry (1990; 1997) gaat het adaptatieproces aan een nieuwe samenleving gepaard met een bepaald type stress. Berry (1997) brengt deze stress in verband met het aanpassingsproces waar migranten en hun families mee te maken krijgen als zij van de ene samenleving naar de andere verhuizen. Een dergelijke verandering kan gepaard gaan met veel spanningen vooral als men zich moet aanpassen aan een nieuwe leefomgeving die in culturele omgangsnormen, tradities, wijze van communicatie en wet- en regelgeving sterk verschilt van de samenleving van herkomst. Berry (1997) noemt dit adaptatieproces van immigranten "acculturatie",

dit wil zeggen het culturele en psychologische veranderingsproces dat optreedt bij intercultureel contact.

Berry (1997) heeft onderzocht in hoeverre immigranten zich richten op intercultureel contact en sociale participatie in hun nieuwe samenleving, of dat zij juist hun eigen culturele tradities willen behouden en handhaven (*cultural maintenance*). Een succesvolle adaptatie wordt volgens hem beïnvloed door de attitudes en vaardigheden van de migranten zelf. Daarbij speelt een open opstelling, het actief deelnemen aan de nieuwe samenleving en het ontwikkelen en aanleren van nieuwe vaardigheden een belangrijke rol. Uit later onderzoek door Berry, Phinney, Sam & Vedder (2006) en Berry & Sabatier (2010) blijkt echter dat een succesvolle adaptatie ook te maken heeft met de mate waarin immigranten binnen hun nieuwe samenleving worden geaccepteerd. Vooral als men geconfronteerd wordt met stigmatisering en buitensluiting kan de stress die hierdoor ontstaat een negatieve invloed hebben op de psychische gezondheid. Dit verband wordt bevestigd door het onderzoek van Loewenthal (2007).

Berry (1997) maakt een onderscheid tussen vier typen adaptatiestrategieën, namelijk: assimilatie, integratie, separatie en marginalisatie.

Bij *assimilatie* is er weinig belangstelling om de eigen culturele gewoontes en tradities te handhaven, maar is men vooral gericht op het overnemen van de cultuur van de nieuwe samenleving. De assimilatiestrategie lijkt een goede manier van coping, maar als er sprake is van stigmatisering van de groep waartoe men gerekend wordt, dan brengt deze strategie risico met zich mee. Door het loslaten van religieuze en culturele tradities kan men immers de steun binnen de eigen groep verliezen. Men kan dan beschuldigd worden van afvalligheid en geconfronteerd worden met afkeuring, kritiek en buitensluiting. Hoewel men nieuwe relaties kan opbouwen, biedt assimilatie niet altijd een garantie voor maatschappelijke acceptatie en verbinding. Dit blijkt bijvoorbeeld uit de geschiedenis van de maatschappelijk succesvolle, geseculariseerde Joden uit West-Europa in de jaren dertig en veertig van de vorige eeuw (Elias 1976). Ondanks hun assimilatiestrategie hebben zij zich vanuit deze positie niet kunnen verweren tegen onrecht en uitsluiting. Het proces van stigmatisering en ontmenselijking waaraan zij door het regime van Hitler zijn bloot gesteld, heeft geresulteerd in hun vernietiging tijdens de Holocaust. Zelfs een beroemde wetenschapper als Sigmund Freud heeft hier ternauwernood aan kunnen ontkomen.

Bij *integratie* is er sprake van zowel behoud van de culturele eigenheid als aanpassing aan de nieuwe samenleving door sociale participatie. Bij de integratiestrategie worden beide werelden gecombineerd. Het eigen referentiekader wordt in zekere mate behouden, men neemt daarnaast echter ook bepaalde waarden, normen en gebruiken over en ontwikkelt vaardigheden die binnen de nieuwe maat-

schappelijke context relevant zijn. Als er echter sprake is van tegengestelde culturele opvattingen over bijvoorbeeld de machtsrelaties tussen ouders en kinderen, vrouwen en mannen, of seksuele vrijheden kan het combineren van beide werelden gepaard gaan met spanningen. Binnen migrantengezinnen kunnen er daardoor problemen en conflicten tussen ouders en kinderen ontstaan.

Bij *separatie* gaat het om het behouden van de eigen identiteit en de vermijding van culturele verandering door zich af te sluiten van contacten met de nieuwe samenleving. De separatiestrategie kan volgens Berry (1997) voor migranten van de eerste generatie bescherming bieden tegen discriminatie. Door het creëren van een vertrouwd, veilig thuis, kunnen migrantengezinnen zich afsluiten van de vreemde, of vijandige buitenwereld. Er kan stress optreden als niet alle gezinsleden zich daarbij prettig voelen. Er kunnen bijvoorbeeld conflicten ontstaan als de vrouwen uit het gezin tegen de verwachting van mannelijke gezinsleden in deze veilige thuishaven niet meer vanuit een traditionele rolverdeling willen vormgeven. Ook kunnen er ruzies tussen ouders en kinderen optreden als de jongere generatie tegen de wensen van hun ouders in kiezen voor de waarden, normen, of gewoontes van de buitenwereld. Dit is bedreigend voor de sfeer en harmonie in huis.

Marginalisatie vindt plaats als er weinig culturele tradities worden behouden en er ook nauwelijks sprake is van participatie in de samenleving. De oude groepsbanden worden verbroken, terwijl er geen nieuwe netwerken voor in de plaats komen. Marginalisatie wordt gezien als een minder adequate adaptatiestrategie, omdat er zowel weinig binding is met de samenleving als met de eigen gemeenschap. Dit heeft gevolgen voor de mate waarin men een beroep kan doen op anderen. Het ontbreken van voldoende sociale steun kan de psychische kwetsbaarheid vergroten (Loewenthal 2007). Deze strategie wordt wel in verband gebracht met delinquentie.

De theorievorming van Berry (1997) heeft veel wetenschappers gestimuleerd om te onderzoeken op welke wijze immigranten zich aan een nieuwe samenleving aanpassen. Pick (1997) en Lazarus (1997) uiten echter kritiek op dit adaptatiemodel. Zij zijn van mening dat de werkelijkheid waarmee individuele migranten en hun families geconfronteerd worden veel complexer is dan op basis van dit model verklaard kan worden. De acculturatie- en adaptatietheorie geeft onvoldoende inzicht in de individuele verschillen die er in stress en coping binnen immigrantenfamilies bestaan. Lazarus (1997) beschouwt het model van Berry (1997) daarom als een metatheorie, waardoor er verklaard kan worden waarom er binnen migrantenfamilies intergenerationele spanningen kunnen optreden. Leden van migrantenfamilies kunnen onder invloed van dezelfde culturele achtergrond vergelijkbare cognitieve inschattingen (*cognitive appraisals*) maken, maar het delen van dezelfde opvattingen, waarden, normen, doelen en verwachtingen betekent nog niet

dat gezinsleden op dezelfde wijze reageren. Lazarus (1997) vindt het daarom belangrijk dat onderzoekers zowel aandacht besteden aan de gedeelde betekenisgeving, copingstrategieën en copingstijlen als aan individuele verschillen in emotionele reacties en manieren van stresshantering.

Vanuit de theoretische benaderingen van Berry (1997) en Berry et al. (2006; 2010) zijn er twee soorten specifieke spanningsvelden waarmee migranten en hun gezinnen te maken kunnen krijgen als zij zich aanpassen aan een nieuwe samenleving. Adaptatie na migratie kan gepaard gaan met enerzijds intergenerationele conflicten en anderzijds kunnen er spanningen optreden vanwege maatschappelijk uitsluiting en discriminatie. Op welke manieren migranten en hun nakomelingen hiermee omgaan, wordt toegelicht in paragraaf 5.2.1. ten aanzien van het hanteren van conflicten tussen ouders en kinderen en in paragraaf 5.2.2. ten aanzien van het hanteren van discriminatie. Daarbij wordt ook de rol van religie toegelicht.

5.2.1. Coping met intergenerationele conflicten

Berry (1997) geeft aan dat er spanningen tussen ouders en kinderen kunnen optreden als ouders een separatiestrategie nastreven, terwijl hun kinderen zich juist meer distantiëren van de eigen tradities en culturele achtergrond. Ook andere onderzoekers melden conflicten tussen migrantenouders en hun kinderen over de waarden en normen die nageleefd moeten worden. Een interessant kleinschalig onderzoek over de problemen en coping van migrantenjongeren is de kwalitatieve studie van Gupta, Johnstone & Gleeson (2007). In hun studie onder zes islamitische jonge vrouwen van Pakistaanse afkomst in Groot-Brittannië constateren deze onderzoekers dat deze jongeren stress ervaren omdat er zulke grote verschillen bestaan tussen de eisen die aan hen vanuit de samenleving gesteld worden en het gedrag dat hun ouders en hun ethische gemeenschap van hen verwachten. Terwijl de westerse samenleving individualiteit en autonomie bevordert, behandelen de ouders van deze jonge islamitische vrouwen hen thuis juist als onmondig kind. Zij eisen van hun dochters loyaliteit en gehoorzaamheid, beperken hun keuze- en bewegingsvrijheid en verbieden hen om zich net zo vrij en onafhankelijk te gedragen als hun leeftijdsgenoten van niet-Pakistaanse afkomst. Gezien de taboes en omgangsnormen kunnen deze jonge vrouwen hun problemen vaak niet openlijk met hun ouders bespreken. Dit heeft mede te maken met communicatieproblemen die er tussen de generaties door verschillen in cultuur en taal zijn ontstaan. Veel ouders en kinderen beschikken niet meer over een gemeenschappelijke taal waarin zij op genuanceerde wijze aan elkaar uit kunnen leggen wat zij precies bedoelen. Ook zijn veel Pakistaanse moeders niet gewend om met hun kinderen in gesprek te gaan. Zij worden zo in beslag genomen door de materiële zorg voor het gezin en het

huishouden, dat er nauwelijks tijd overblijft om aandacht aan de problemen van hun kinderen te besteden.

Daarnaast hebben deze jonge vrouwen te maken met sociale controle binnen de eigen etnische gemeenschap. Meisjes van Pakistaanse afkomst die wel kiezen voor een niet geaccepteerde levensstijl, krijgen te maken met afkeuring, uitsluiting en bedreigingen van zowel hun familie, als van jongens uit de Pakistaanse gemeenschap. Dit versterkt de neiging van de jonge vrouwen uit dit onderzoek om zich te conformeren aan de tradities. Vanuit hun vrees om negatief beoordeeld te worden, zijn zij op hun hoede. Zij voelen zich bekeken, gecontroleerd, veroordeeld en in vergelijking met leeftijdsgenoten van een andere afkomst machteloos.

De copingstrategieën die Gupta et al. (2007) bij deze islamitische vrouwen onderscheiden zijn de negatieve evaluatie van de Westerse cultuur; de positieve herwaardering van hun eigen achtergrond; sociale ondersteuning van lotgenoten en opwaartse sociale vergelijking. In het laatste geval wordt de eigen situatie als slechter beoordeeld dan die van anderen.

Gupta et al. (2007) geven niet weer welke religieuze oriëntaties of praktijken gebruikt worden. Jouilli & Amri-Moazami (2006) doen dit wel. Deze onderzoekers constateren in hun kwalitatieve onderzoek in Duitsland en in Frankrijk dat islamitische vrouwen van de tweede en derde migrantengeneratie spanningen met hun ouders verminderen met behulp van religieuze argumentatie en door het vertonen van gewaardeerd religieus gedrag. Met behulp van hun kennis over de islam en door het praktiseren van islamitische voorschriften verkrijgen zij zo meer zeggenschap over hun eigen leven. Op deze manier zijn zij in staat om hun ouders over te halen om hen toe te staan om te studeren, een beroeps carrière te volgen en activiteiten buitenshuis te ondernemen.

Jouilli & Amri-Moazami (2006) beschouwen de discussies binnen gezinnen over de verkeerde en juiste opvattingen van de islam als een vorm van inter-generationale strijd. Volgens de respondenten uit hun onderzoek is de religiositeit van hun ouders gebaseerd op religieuze tradities uit het herkomstland die niet echt islamitisch zijn. Door middel van een discussie op basis van de islam onderhandelen deze jonge islamitische vrouwen op effectieve wijze over hun bewegingsvrijheid. Zij brengen islamitische opvattingen naar voren die beter aansluiten bij het leven in een westerse samenleving, argumenten die hun zelfbeschikking als vrouw ondersteunen. Zij verwijzen in hun discussie met hun ouders niet naar westerse waarden van gelijkheid tussen mannen en vrouwen en uiten geen kritiek op door mannen gedomineerde orthodoxe geloofsopvattingen. Jouilli & Amri-Moazami (2006) zien de wijze waarop deze vrouwen de islam combineren met hun strijd voor gelijke rechten en meer bewegingsvrijheid daarom als een vorm van islamitisch feminisme.

In de volgende paragraaf wordt nader ingegaan op wat er bekend is over de wijze waarop migranten en hun nakomelingen omgaan met discriminatie en buitensluiting.

5.2.2. Coping met spanningen rondom discriminatie en buitensluiting

De islamitische meisjes uit het onderzoek van Gupta et al. (2007) voelen zich soms gediscrimineerd door landgenoten buiten hun etnische en religieuze gemeenschap. Zij vinden dat er binnen de Westerse samenleving te weinig respect wordt getoond voor de waarden die voor hen vanuit hun Pakistaanse en islamitische achtergrond belangrijk zijn, zoals blijkt uit afkeurende opmerkingen over het dragen van een hoofddoek. Deze ervaringen komen overeen met die van islamitische jongeren uit migrantengezinnen in andere Westerse samenlevingen. In een vergelijkende studie naar de adaptatiestrategieën van migrantenjongeren in Montreal en Parijs concluderen Berry & Sabatier (2010), dat het aanpassingsproces van deze jongeren sterk beïnvloed wordt door discriminatie-ervaringen. Volgens Berry et al. (2006; 2010) reageren migrantenjongeren op dergelijke buitensluiting door het behouden en herwaarderen van de culturele tradities uit het herkomstland van hun ouders en het verstevigen van de solidariteit binnen de groep leeftijdsgenoten met dezelfde achtergrond. Deze separatiestrategie beschermt hen tegen de nadelige psychologische effecten van deze stigmatisering voor hun zelfwaardering.

Dit komt overeen met het onderzoek van Elias & Scotson (1976). Deze onderzoekers hebben de machtsrelaties bestudeerd tussen nieuwe en oude bewoners in een buurt in een middelgrote stad in Groot-Brittannië. Zij beschrijven de spanningen die er in de buurt ontstaan als er nieuwe personen komen wonen tussen families die er al generaties lang verblijven. Een belangrijke machtsstrategie die de groep gevestigde bewoners gebruikt is het bevorderen van de groepscohesie binnen de eigen groep door middel van het organiseren van gezamenlijke bijeenkomsten en het organiseren van onderlinge steun. De nieuwe bewoners worden daarbij buitengesloten. Ook ontwikkelt de groep gevestigde bewoners opvattingen waarin zij verschillen in waarden, normen, doelen en gedrag met de nieuwkomers benadrukken. Door vanuit een wij-zij perspectief de andere groep te diskwalificeren, bevestigen zij hun groepssuperioriteit. Dit heeft een positief effect op hun zelfwaardering. De nieuwe bewoners die buitengesloten worden, reageren hierop door steun bij elkaar te zoeken en een eigen groep te vormen. Op deze wijze zijn zij enigszins in staat om zich niet te veel te laten beïnvloeden door deze negatieve beeldvorming en behandeling.

Dat stigmatisering en buitensluiting niet verbonden hoeft te zijn met verschillen in etniciteit, klassenpositie, culturele traditie of religie, blijkt uit het gegeven

dat volgens de onderzoekers Elias & Scotson (1976) er tussen beide groepen objectief gezien geen verschil in afkomst of achtergrond waargenomen is. De dynamiek in deze machtsstrijd tussen “gevestigden” en “buitenstaanders” berust dus op verschillen tussen bewoners die zichzelf als een groep beschouwen en bewoners die nieuw zijn en op basis daarvan niet worden geaccepteerd. De achterliggende problematiek is dat deze gevestigde bewoners zich blijkbaar zo bedreigd voelen door de komst van deze nieuwkomers dat zij hen gaan buitensluiten.

In zijn theoretische essay voorafgaand aan de studie met Scotson (1976), verwijst Elias naar de nadelige psychologische gevolgen als degenen die als buitenstaanders worden beschouwd hun eigen culturele identiteit opgeven. Als de machtsverschillen tussen de nieuwkomers en de gevestigde bewoners groot zijn en er negatieve beeldvorming over de groep nieuwe bewoners ontstaat, is het voor hen riskant om voor een assimilatiestrategie te kiezen. Hun inspanningen om zich aan te passen worden immers niet door de gevestigde groep gewaardeerd en dragen daardoor niet bij aan hun acceptatie en inclusie binnen de samenleving. En vanwege hun assimilatie kunnen zij niet meer terugvallen op hun eigen tradities, oriëntaties en groepssteun om zich effectief te kunnen weren tegen vernedering en stigmatisering. Er bestaat dan het gevaar dat deze “buitenstaanders” de inferieure beeldvorming over hun groep internaliseren en zichzelf ook als minderwaardig gaan beschouwen. Dit is nadelig voor hun psychisch welbevinden en zelfrespect (Fanon 1967). Daarom wijzen Elias & Scotson (1976) op de beschermende werking van de eigen culturele traditie:

Een van de factoren die de inwerking van de situatie op de leden van een groep buitenstaanders kan verzachten, is het bezit van een eigen culturele traditie. Vooral als zo’n traditie, zoals bij de Joden, een sterke nadruk legt op de studie van boeken en grote waarde aan intellectuele prestaties toekent, dan biedt zo’n traditie de kinderen uit zo’n groep waarschijnlijk enige bescherming voor het traumatische effect op hun ontwikkeling van het voortdurend blootstaan aan stigmatisering door de gevestigden – aan de vernedering van niet alleen zichzelf, maar ook van hun ouders en van de gehele groep, waarvan het beeld en de waarde een vitaal onderdeel vormen van hun zelfbeeld, hun persoonlijke identiteit en hun gevoel van eigenwaarde (Elias & Scotson 1976: 237).

Dit komt overeen met recent onderzoek naar het effect van discriminatie op het psychisch welzijn onder groepen met een maatschappelijk minder gewaardeerde positie, zoals zwarte Amerikanen. Volgens Outten, Schmitt, Garcia & Branscombe (2009) herstellen degenen die tot deze gediscrimineerde groepen behoren hun gevoel van zelfwaardering door steun en bevestiging te zoeken bij hun eigen groepsleden.

Ook gedeelde religieuze oriëntaties en praktijken zijn steunend. Dit verklaart onder andere waarom veel islamitische migrantenjongeren uit West Europese samenlevingen zoveel waarde zijn gaan hechten aan het geloof van hun ouders. De laatste twintig jaar worden deze jongeren binnen de Westerse samenlevingen waar zij zijn opgegroeid steeds meer geconfronteerd met kritische en vijandige reacties naar henzelf en hun geloof. Het is pijnlijk voor deze jongeren om zowel op basis van hun afkomst, uiterlijk als op basis van hun religie gediscrimineerd te worden. Als reactie hierop zijn zij zich steeds meer gaan oriënteren op de islam. Dit proces is door onderzoekers waargenomen in de Verenigde Staten (Schwedler 2001; Schmidt 2004), in Denemarken en Zweden (Schmidt 2004), in Duitsland en Frankrijk (Jouili & Amri-Moazami 2006; Saint-Blancat 2004), in Groot-Brittannië (Brown 2006) en in Nederland (Phalet 2005; Bartels 2005; Peek 2005; De Koning 2008; 2009; Maliepaard 2012 en Maliepaard & Gijsberts 2012).

Volgens Schmidt (2004) zijn deze islamitische jongeren van migrantenherkomst zich in de islam gaan verdiepen om beter antwoord te kunnen geven op vragen, zoals: "Waar kom je vandaan? Waar geloof jij in? Waarom onderdrukt de islam vrouwen?". Mansson McGinty (2007) spreekt van een dwang tot legitimering, waarmee moslims in een seculiere, islamvijandige samenleving worden geconfronteerd. Deze legitimeringsdwang versterkt hun religieuze vertoog.

Bij dit proces van heroriëntatie op de islam heeft de digitale revolutie een belangrijke rol gespeeld. Veel islamitische migrantenjongeren zoeken informatie over de islam via internet en de sociale media, waar zij geloofsgenoten treffen van dezelfde leeftijd en achtergrond (Mernissi 2006; Brouwer 2006). Via deze nieuwe digitale netwerken ontwikkelen moslima's in allerlei landen hun visie over de islam en geven zij vorm aan een nieuwe religieuze identiteit. Uit het onderzoek van Mansson McGinty (2007) binnen de Zweedse context blijkt dat bekeerde moslima's van Zweedse afkomst hierbij een voortrekkersrol vervullen. Deze bekeerde moslima's zijn heel actief op het internet, waar zij de islam vurig verdedigen door islamitische opvattingen te verbinden met belangrijke Zweedse kernwaarden. Deze moslima's integreren daarbij hun verinnerlijkte feministische opvattingen in hun persoonlijke interpretatie van de islam. Zo ontwikkelt zich een nieuw islamitische vertoog waarbij de islam verbonden wordt met Zweedse opvattingen over gendergelijkheid²⁶.

Ook in Nederland weren moslima's zich via sociale media tegen de stereotypebeelden die er in de maatschappij over de islam en de positie van islamitische vrouwen bestaan (Brouwer 2006). Het discussiëren met geloofsgenoten via

²⁶ Volgens Mansson McGinty (2007: 476) behoort Zweden na Noorwegen en Denemarken tot het land met hoogste gendergelijkheid in de wereld.

digitale netwerken kan echter ook stress veroorzaken, door de kritiek die men elkaar geeft over de wijze waarop de islam moet worden geïnterpreteerd en gepraktiseerd.

Moslims uit westerse landen zijn vooral na de terroristische aanslagen van 11 september 2001 geconfronteerd met maatschappelijke discriminatie, buitensluiting en stigmatisering. Uit het onderzoek van Abu Raiya, Pargament & Mahoney (2011b; zie ook Ai et al. 2005a) onder moslims in de Verenigde Staten blijkt dat zij zich tegen vijandsbeelden en vijandig gedrag beschermen door middel van religieuze copingstrategieën. De 138 islamitische respondenten²⁷ uit dit onderzoek zoeken steun en troost in hun geloof en versterken hun religieuze identiteit. Zij zijn meer gaan bidden en vasten, lezen meer in de koran, gaan vaker naar een moskee, zoeken meer steun bij geloofsgenoten en verdiepen zich in de islam. Dit laatste doen zij ook om beter weerwoord te kunnen bieden tegen kritiek op de islam. Zij willen op deze wijze de maatschappelijke vooroordelen over de islam bestrijden.

De religieuze copingstrategieën die deze moslims volgens Abu Raiya et al. (2011b) hanteren zijn vooral positief van aard. Een respondente hanteert haar angst nadat haar huis door moslimhaters in brand is gestoken, door troost bij God te zoeken, te vertrouwen op God en door in de koran te lezen. Ook geeft de religieuze opvatting haar rust dat alles met een reden gebeurt. Zij vindt dat zij zich beter op God en de islam kan richten omdat het aardse bestaan slechts van korte duur is. De twee niet-religieuze copingstrategieën die Abu Raiya et al. (2011b) bij deze groep islamitische Amerikanen onderscheiden, zijn het zoeken van verbinding met andersdenkenden (*reaching out*) en isolatie, dit wel zeggen, het afstand nemen van zowel andersdenkenden als van geloofsgenoten. De onderzoekers constateren dat de keuze voor afzondering gepaard gaat met meer depressie en boosheid, dan het zoeken van de dialoog met niet-moslims.

Kortom uit bovenstaand onderzoek komt naar voren dat er na migratie intergenerationele spanningen kunnen ontstaan, als ouders de waarden, normen, gebruiken en taboes uit het herkomstland willen handhaven, terwijl hun kinderen zich juist meer op de taal, cultuur en de levensstijl van het nieuwe vestigingsland gaan oriënteren. Daarnaast kan er na migratie stress ontstaan door ervaring met stigmatisering, discriminatie en buitensluiting. Migranten beschermen zich hier tegen door het versterken van de onderlinge verbondenheid en eigen identiteit. Gezamenlijk kan men weerwoord ontwikkelen om onterechte beschuldigingen te weerleggen. Dit betekent dat ouders die de eigen culturele of religieuze tradities en identiteit benadrukken, daarmee tevens hun kinderen beschermen tegen de negatieve psychische gevolgen van discriminatie en stigmatisering. Religie kan daarbij steunen omdat gedeelde religieuze zingeving en verbondenheid groepscohesie en zelfwaardering bevordert. Men kan bij elkaar steun, kracht en troost

²⁷ Van hen was 62% vrouw en er zijn veel hoogopgeleiden onder hen.

vinden. Op basis van een gedeelde geloofsovertuiging kan een alternatief vertoog ontwikkeld worden, dat afschermt tegen de pijnlijke gevolgen van buiten-sluiting.

Wij zullen in paragraaf 5.3. de historische context schetsen waarbinnen het adaptatieproces van de Marokkaanse arbeidsmigranten en hun nakomelingen in Nederland heeft plaatsgevonden. Daarbij geven wij in verschillende periodes weer wat er bekend is over de kenmerken van de maatschappelijke positie, de religiositeit, de specifieke problemen en de manieren van coping van deze nieuwe Nederlanders. Daarbij richten wij ons vooral op gegevens over vrouwen van Marokkaanse afkomst.

5.3. Religie en coping voorafgaand aan de migratie naar Nederland

In deze paragraaf wordt eerst de maatschappelijke positie weergegeven van de families die later vanuit Marokko naar Nederland migreren en vervolgens wordt aangegeven wat er bekend is over hun religiositeit, problemen en manieren van coping.

5.3.1. De maatschappelijke positie

Wat is er bekend over de maatschappelijke achtergrond van de Marokkaanse families die zich in Nederland gaan vestigen? Uit onderzoek door Fokkema, Harmsen & Nicolaas (2009) blijkt dat iets meer dan driekwart van de Nederlanders met een Marokkaanse achtergrond afkomstig is van het platteland van Noord-Marokko. Zij komen uit de provincies Nador, Al Hoceima, Tetouan en Taza, in het noorden van Marokko, een gebied tussen het Rifgebergte en de Midden-Atlas. Verder zijn Marokkaanse Nederlanders afkomstig uit de plattelandsgebieden rondom Ouarzazate in het Zuiden en uit de grote steden zoals Tanger, Casablanca, Meknes, Fes, Marrakesh en Rabat.

Veel migranten uit Marokko komen oorspronkelijk dus uit plattelands-regio's, zoals de Rif in Noord-Marokko, die door onderzoekers getypeerd zijn als gebieden met veel economische achterstand door de slechtere kwaliteit van de grond en het ontbreken van infrastructurele voorzieningen, zoals winkelcentra, geasfalteerde wegen, scholen of ziekenhuizen (Heinemeijer, Van Amersfoort, Ettema, De Mas & Van der Wusten 1976). De meeste families wonen als zelf-voorzienende boeren op ver van elkaar liggende boerderijen. Vanwege het gebrek aan onderwijsvoorzieningen hebben deze bewoners nauwelijks de gelegenheid om naar school te gaan en een opleiding te volgen. Inkopen worden gedaan op regionale markten die elke week worden georganiseerd. Gezien deze ongunstige economische

omstandigheden zijn de mannen uit deze streek gewend om het gezinsinkomen aan te vullen met inkomsten uit trekarbeid. Zo hebben in het verleden veel Riffijnse mannen seizoensarbeid verricht in het buurland Algerije.

Voor de arbeidsmigranten die vanaf 1960 in Nederland zijn gaan werken, is terugkeer naar deze streek geen reële optie. Volgens Heinemijer et al. (1976) ontbreken in het gebied van herkomst economische perspectieven in verband met de water- en winderosie, het tekort aan water, het ontbreken van een infrastructuur en het gebrek aan werkgelegenheid. De verborgen werkloosheid is hoog. Veel gezinnen zijn geheel afhankelijk van het geld dat familieleden vanuit het buitenland naar huis sturen. Alleen in de bouwsector ontstaan nieuwe banen, omdat de gastarbeiders in hun eigen dorp of in de steden in de regio nieuwe, modernere woningen laten bouwen. Het gevolg van deze uitzichtloze situatie op het platteland is dat iedereen er probeert weg te komen. De toekomst ligt in het buitenland. Daardoor ontstaan vormen van ketenmigratie.

Sommige plattelandsfamilies zijn voordat zij naar Nederland vertrokken eerst gaan wonen in een stad in de regio. Daardoor hebben zij gebruikt kunnen maken van allerlei stedelijke voorzieningen, zoals gezondheidszorg en onderwijs. Maar door deze migratie naar de stad zijn traditionele gezinsverhoudingen onder druk komen te staan door verschillen in culturele tradities en levensstijl en soms ook door het veranderen van taal. Zo zijn veel Riffijnssprekende dorpelingen in de stad overgeschakeld op het Marokkaans-Arabisch, een taal met een geheel andere taalstructuur.

Wat is in deze periode voorafgaand aan de migratie naar Nederland kenmerkend voor de maatschappelijke positie van de vrouwen in dit herkomst-gebied? Volgens Mernissi (1988) is het leven op het Marokkaanse platteland hard. De bewoners van afgelegen, economisch onderontwikkelde streken worden regelmatig geconfronteerd met honger en gebrek. Daarom sturen families hun mannen naar andere gebieden in de regio om het gezinsinkomen aan te vullen. Tijdens hun afwezigheid zijn hun echtgenotes samen met familieleden verantwoordelijk voor het dagelijkse levensonderhoud. Dit geldt ook voor de situatie op het platteland van Noord-Marokko. In sommige dorpen werkt meer dan de helft van de mannen als gastarbeider in het buitenland (Heinemijer et al. 1976). Hun achtergebleven echtgenotes staan er grotendeels alleen voor en moeten soms met weinig middelen zien rond te komen.

Volgens Heinemijer et al. (1976) verrichten de boerinnen uit deze afgelegen plattelandsdorpen al van jongs af aan allerlei werkzaamheden rondom het huis. Zij halen water uit putten in de buurt, zorgen voor de familie, de dieren en de akkers. Deze omstandigheden komen overeen met de verhalen die Ajarai & Van Heemstra (2007) onder Marokkaanse migrantenvrouwen van de eerste generatie in Nederland

optekenen. Veel van deze vrouwen beschrijven hun jeugd in de Rif als zwaar. Zij moeten al op heel jonge leeftijd werken en allerlei taken in en rondom het huis verrichten. Meisjes passen op jongere broertjes en zusjes, bakken brood, koken, halen water, hoeden vee, wassen kleren en houden het huis met erf schoon. Jongens beschikken over veel meer vrijheden, zo gaan zij soms wel naar school of spelen buiten.

Hart (1976) verricht in de periode tussen 1953-1960 antropologisch veldwerk in het Centrale Rifgebied van de Ait Waryaghar in Marokko. Op basis van zijn onderzoek is hij van mening dat Riffijnse vrouwen over minder persoonlijke vrijheid beschikken dan vrouwen uit andere streken in Marokko of in vergelijking met andere vrouwen in het Mediterrane gebied. Hij brengt dit in verband met het belang dat Riffijnse mannen hechten aan hun persoonlijke eer, een eer die verbonden is met het kuise gedrag van hun vrouwen. Riffijnse mannen zijn volgen Hart (1976) zo bang voor eerverlies en schande, dat zij hun vrouwen zoveel mogelijk aan vreemde ogen proberen te onttrekken. Hun echtgenoten, zusters en dochters komen daardoor zelden in contact met buitenstaanders (Van der Meer 1984). Pels & De Haan (2003) schetsen een vergelijkbaar beeld van de positie van vrouwen in deze plattellandsgebieden. Meisjes trouwen al op heel jonge leeftijd. Hun opvoeding is gericht op het moederschap. Buitenshuis kunnen zij zich veel minder vrij bewegen dan jongens, omdat zij in verband met hun eerbaarheid streng in de gaten worden gehouden. Plattelandsmeisjes worden al op jonge leeftijd door hun vader uitgehuwelijkt en maken vervolgens deel uit van het huishouden van hun schoonfamilie. Ook daar moeten zij hard werken. Jonge vrouwen krijgen snel achter elkaar kinderen, die vanwege de afwezigheid van medische voorzieningen soms al op jonge leeftijd overlijden. Kinderen worden al jong ingezet om mee te helpen om voor het gezin en het huishouden te zorgen. Ook Hermans (1985) beschrijft op basis van literatuur en veldonderzoek dat onder andere in de Rif is verricht, de positie van vrouwen op het platteland als zwaar, omdat zij hard moeten werken en afhankelijk zijn van hun familie en na hun huwelijk van hun schoonfamilie.

In deze traditionele, patriarchale plattelandssamenleving worden zoons meer gewaardeerd dan dochters. Meisjes krijgen vaak minder aandacht van hun ouders. Een reden hiervoor is dat dochters al op jonge leeftijd het gezin verlaten om te trouwen. Een zoon heeft binnen de familie meer waarde omdat hij vanuit de traditie de plicht heeft om voor zijn ouders te zorgen. Ook moet hij bijdragen aan het gezinsinkomen. Jongens oefenen al jong in leiderschap (Van der Valk & Blaubeen 1994). Zo zijn hun moeders er trots op als zij hun zussen in de gaten houden en corrigeren.

Onder invloed van dergelijke harde levensomstandigheden, de gebruikelijke omgangsnormen en het grote kindertal kunnen ouders hun kinderen maar in

bepaalde mate persoonlijke aandacht en affectie geven. Hoe een Riffijnse plattelandsvrouw dit zelf als kind heeft ervaren, wordt door Ajarai & Van Heemstra (2007) in het volgende fragment beschreven:

Omdat we met elf kinderen waren was er altijd strijd om de aandacht van mijn moeder. De beste manier om dicht bij haar te komen was ziek worden. Wie ziek was mocht bij haar slapen. Omdat ik niets fijner vond dan 's nachts tegen mijn moeder aan liggen deed ik vaak alsof me iets mankeerde, maar daar trapte ze niet altijd in. De weinige momenten die ik alleen met haar doorbracht vertelde ze sprookjes en verhalen en een enkele keer iets over zichzelf. Mijn moeder was liever voor haar zoons dan voor haar dochters, maar dat was niet ongebruikelijk. Zoons waren in de ogen van de gemeenschap nou eenmaal meer waard dan dochters en dat is in Reznaf nog steeds het geval. (...) Ze liet niet gemakkelijk merken dat ze van me hield (Ajarai & Van Heemstra 2007: 13, 14).

Dat de positie van de vrouwen uit deze plattelandsgeregione destijds ook is gekoppeld aan het gebrek aan reële scholingsmogelijkheden en niet aan culturele opvattingen, blijkt uit het onderzoek van Heinemijer et al. (1976). De door deze onderzoekers geïnterviewde vaders willen hun dochters wel naar school sturen als de school dichtbij is of als er goede vervoersmogelijkheden zijn.

5.3.2. *Kenmerken van religiositeit*

Wat is er bekend over de religiositeit van deze Riffijnen? Hart (1976) vindt de Riffijnse plattelanders heel devoot, maar ook "formalistisch en zwart-wit en vol met geboden en verboden" (Hart 1976: 175, geciteerd bij Van der Meer 1984: 84). Deze constatering sluit aan bij het onderzoek van Geertz (1968) in Marokko. Volgens deze cultureel antropoloog kenmerkt de islam in Marokko zich in vergelijking met Indonesië door een sterke gerichtheid op religieuze dogma's en vroomheid. In Marokko komt de islam vanaf de zevende eeuw tot ontwikkeling in stedelijke centra. Daar leggen geleerden de nadruk op de studie van islamitische bronnen. Op het platteland is er echter lange tijd meer sprake van een intuïtieve vorm van devotie, waarbij heiligenverering -maraboetisme- centraal staat. De graven van deze heiligen worden destijds door zowel mannen als vrouwen vaak bezocht.

De Riffijnen gebruiken in hun *salaat*gebed koransoera's en smeekbedes die op de koranschool uit het hoofd zijn geleerd. De vrouwen op het platteland zijn daarbij vaak niet in de gelegenheid geweest om deze religieuze scholing te verwerven, vanwege de afstanden en de taken die zij moesten verrichten. Bidden leren zij door instructie van familieleden (Heinemeyer et al. 1976). Riffijnse plattelandsvrouwen kunnen daardoor niet veel kennis over de islam verwerven. In

hun belevingswereld spelen magie en heiligenverering een grote rol. Maar in het dagelijkse taalgebruik refereren volgens Hermans (1985) gezinsleden onderling vaak aan Allah. Zijn naam komt voor in allerlei uitdrukkingen, gezegdes of begroetingsformules, zoals bijvoorbeeld in het gezegde: "God brengt ziekte en neemt hem weer weg" (Van der Meer 1984: 84).

De Marokkaanse psychiater Moussaoui (Van Dijk 1989) schetst in 1989 het volgende ideaaltypische beeld van de traditionele Marokkaanse plattelandssamenleving:

In Marokko kennen we de 'znun' (djinn, demonen) goedaardige en kwaadaardige wezens, die men niet met name noemt. Ze worden in de koran genoemd en vormen voor de overgrote meerderheid van de Marokkanen een realiteit. Men noemt hen 'mselmin' (moslims). Wanneer iemand neerslachtig is, er iets misloopt, de oogst slecht is, er problemen zijn binnen de familie of er somatisch iets aan de hand is, dan wordt de persoon in kwestie gevraagd of hij er wel zeker van is dat niet een 'zënn' (djinn, demon) bezit van hem genomen heeft. Als men meent dat dit het geval is, gaat men op zoek naar een traditionele genezer om de kwade geest te laten uitdrijven. (...) In zo'n samenleving leeft men uitsluitend voor en door de eigen groep. Men heeft geen individuele uitingsmogelijkheden. Het collectief treedt op als de gezamenlijke spreekbuis. Wil men zich hieraan onttrekken, dan moet men als het ware ziek worden. (...) De vervolging door een externe kracht, een boze geest of persoon, biedt de mogelijkheid duidelijk te maken, dat een en ander niet de schuld van het individu is. Het is een projectie op de buitenwereld. Het is een kwaadaardige buitenwereld die de persoon belaagt (Van Dijk 1989: 17, 18, 19).

5.3.3. Kenmerken van problemen

Met welke type problemen worden de families in Marokko geconfronteerd, voordat zij naar Nederland migreren? Ten eerste veroorzaken de moeilijke sociaal-economische omstandigheden in het herkomstgebied problemen. Hongersnood keert regelmatig terug. De bevolking in deze gebieden concurreert met elkaar om schaarse bronnen (Seddon 1981). Door deze economische problemen en de bevolkingsdruk ontstaan veel onderlinge conflicten, waarbij er ook sprake is geweest van bloedwraak.

In de afgelegen plattelandsgeschiedenis hebben vrouwen veel problemen. Er is regelmatig sprake van schaarste en een tekort aan middelen om iedereen goed te kunnen verzorgen. Door het ontbreken van medische hulp worden zij geconfronteerd met de ziekte en het overlijden van kinderen. Ook zijn zwangerschappen risicovol. Daarnaast zijn Rifijnse plattelandsvrouwen in deze periode geheel

afhankelijk van anderen. Vóór hun huwelijk zijn zij geheel aangewezen op hun eigen familie en ná hun huwelijk neemt hun schoonfamilie deze rol over. Om te overleven moeten jonge vrouwen zich voegen naar de tradities en omgangsnormen van hun ouders, echtgenoot en schoonouders. Zij moeten hen eerbied betonen en hen vooral niet tegenspreken. Zij moeten bescheiden zijn, niet klagen en zich als een fatsoenlijke vrouw gedragen, dit wil zeggen de eer van de mannen van hun familie niet in opspraak brengen. Dit geeft veel spanningen die zij vanwege hun beperkte machtspositie nauwelijks mogen uiten. Het betonen van respect en het voorkomen van gezichtsverlies wordt al jong aangeleerd. Van der Meer (1984) beschrijft dit als volgt:

Jongens gedragen zich in aanwezigheid van hun vader ingehouden, gereserveerd, praten niet luid, onderbreken hem niet. Overtredingen van deze regels noemt men 'gebrek aan schaamte'. Zulk gedrag in het openbaar leidt tot gezichtsverlies van de ouders: dit is schande (hesuma). Oudere meisjes gebruiken dit woord onophoudelijk bij het terecht zetten van hun kleine broertjes en zusjes. 'Doe dat niet.' hesuma! Vrouwen dienen zich tegenover buitenstaanders, vooral mannen, bescheiden en ingetogen te kleden en te gedragen. Dit soort 'schaamtevol' gedrag betitelt men met 'bescheidenheid fatsoen'(hya), een vrouw die zich zo gedraagt met 'bent elhya' (een keurig meisje) (Van der Meer 1984: 64, 65).

Volgens Hermans (1985) moeten vrouwen hun echtgenoot en kinderen hun vader altijd respect betonen. Bepaalde onderwerpen zijn binnen gezinsverband onbespreekbaar, zoals het huwelijk en seksualiteit. De relatie tussen de echtgenoten en tussen ouders en kinderen is in deze tijd ongelijk en daardoor eerder formeel dan affectief:

De relatie tussen een man en zijn kinderen is eerder formeel (behalve wanneer het zeer jonge kinderen betreft). Dit houdt in dat de kinderen zich zeer beleefd en gehoorzaam moeten gedragen ten opzichte van de vader en deze verhouding verandert niet fundamenteel bij het ouder worden. Zonen moeten hun afhankelijkheid betuigen. Zij mogen niet roken in aanwezigheid van hun vader, noch over onderwerpen als huwelijk en seksualiteit praten. (...) Dochters zijn evenveel respect aan hun vader verschuldigd. Aangezien zij de leefwereld van hun moeder binnenshuis delen, staan zij meer onder haar directe controle. De relatie tussen moeder en kinderen is eveneens respectvol, doch zij is affectiever gekleurd (Hermans 1985: 66, 67).

Deze voorgeschreven taboes en respectcodes geven binnen de bestaande ongelijke gezagsrelaties aanleiding tot spanningen. Het gezag van mannen over vrouwen en kinderen is in deze periode volgens Hart (1976), Van der Meer (1984) en Hermans (1985) onaantastbaar. Hermans (1985) geeft aan dat het contact tussen echtgenoten op het platteland van Marokko sterk verschilt van de meer affectieve

relatie die in West-Europa gebruikelijk is. In Marokko is de relatie veel formeler en ongelijker. Van een echtgenote wordt vanuit deze tradities verwacht dat zij haar man respectvol bejegt. Zij mag zijn gezag en eer niet aantasten door haar gedrag. Volgens onderzoekers regeren Riffijnse mannen uit deze tijd hun gezin met "ijzeren hand" en gebruiken zij daarbij ook regelmatig fysiek geweld om hen te corrigeren (Van der Meer 1984). Vrouwen en kinderen kunnen zich nauwelijks tegen het gezag van hun vader, schoonvader en echtgenoot verzetten.

Kortom de specifieke problemen voor gezinsleden in het herkomstgebied staan in verband met de slechte economische omstandigheden, het gebrek aan voorzieningen, de ongelijke, hiërarchische familierelaties en de taboes en strenge respectcodes tussen mannen en vrouwen en tussen ouders en kinderen. Hoe deze Marokkaanse plattelanders volgens onderzoekers de spanningen hanteren die hieruit voortkomen, wordt in de volgende paragraaf behandeld.

5.3.4. Kenmerken van copingstrategieën

Welke copingstrategieën komen er vanuit de literatuur in deze periode onder deze Riffijnse plattelandsfamilies naar voren?

Migratie en het vermijden van probleemconfrontatie

Hermans (1985) geeft aan dat zoons conflicten met hun vader vermijden door zoveel mogelijk buitenshuis te zijn:

Wanneer jongens zich niet in deze respectvolle en onderdanige positie plaatsen ten opzichte van hun vader, geeft dit aanleiding tot conflicten. Zij kunnen deze in grote mate voorkomen door hun vader zoveel mogelijk te vermijden. Dit kunnen ze: ze moeten niet thuisblijven en genieten een grote vrijheid zolang ze hun familie niet te schande maken (Hermans 1985: 66, 67).

Dit patroon van het vermijden van conflicten door elkaar uit de weg te gaan, speelt volgens Van de Meer (1984) een belangrijke rol in de onderlinge sociale verhoudingen. Om gezichtsverlies in de communicatie met anderen te voorkomen, is het vermijden van gevoelige onderwerpen, het tonen van respect en tact belangrijk. Gezichtsverlies is verbonden met zelfrespect. Van der Meer (1984) geeft daarbij de volgende voorbeelden uit zijn onderzoek in Marokko:

Je kunt in de aanwezigheid van anderen iemands mening of handelwijze niet bekritiseren. Kritiek hoe goed ook bedoeld wordt steeds opgevat als aantasting van eer, behalve wanneer het onder vier ogen gegeven wordt en niet in directe bewoordingen. Een mindere kan alleen maar vage, ingeklede suggesties doen. (...) Je kunt vaak niet zeggen waar het op staat, ook al lijkt dat erg onpraktisch. Respectvol gedrag is vaak indirect, ontwijkend, zoveel

mogelijk ruimte latend voor iedereen om zijn gezicht niet te verliezen (Van der Meer 1984: 61, 62, 63).

Door migratie kunnen zoons zich onttrekken aan het gezag van hun vader, hun familieverplichtingen, of aan de sociale druk om wraak te nemen op families die de eer van hun familie hebben geschaad (Hart 1976). Volgens Achmed & Hart (1984) biedt de trekarbeid van de Rif naar Algerije en Europa een uitweg om te ontkomen aan armoede en aan de onderlinge gewelddadige strijd tussen de stammen in de regio. Migratie geeft jonge mannen dus zowel nieuwe kansen als persoonlijke vrijheid. Plattelandsvrouwen beschikken niet over dit alternatief, vanwege hun zorgplicht en gebondenheid aan huis en haard.

Omdat het veel vrouwen niet is toegestaan om problemen te bespreken, gebruiken zij andere copingstrategieën. Zo blijkt bijvoorbeeld uit de verhalen van de door Ajarai & Van Heemstra (2007) geïnterviewde Riffijnse vrouwen, dat zij bij problemen met hun echtgenoot of schoonouders niet protesteren, maar zich bij hun situatie neerleggen. Weglopen is in die tijd nauwelijks een optie, omdat hun eigen ouders te arm zijn om hen weer in huis op te nemen. Zelfs hun beklag kunnen zij niet doen, omdat zij zonder toestemming het huis van hun schoonouders niet mogen verlaten. Deze vrouwen zijn daardoor vaak beter af als zij hun onvrede, verontwaardiging, boosheid en verdriet verbergen. Een moeder, geboren in een dorp in de Rif in 1956 (Ajarai & Van Heemstra 2007), beschrijft haar eigen moeder als een emotioneel harde vrouw, vanwege haar gevecht tegen honger, armoede en onrecht:

Ze kon goed vertellen over haar gekke schoonmoeder bij wie ze tien jaar lang in huis had moeten wonen nadat ze rond haar zestiende met mijn vader was getrouwd. (...) Ze moest mijn vaders moeder wassen, ontluisen en te allen tijde gehoorzamen. Bovendien deed zij voortdurend haar beklag over mijn moeder bij mijn vader. Als mijn moeder zichzelf verdedigde en probeerde te vertellen wat haar schoonmoeder had gedaan, wilde hij het niet horen. Hij wilde geen partij kiezen. Ze had dus niemand om naar toe te gaan als ze weer werd getreiterd. Over haar eigen ouders praatte mijn moeder nauwelijks. (...) Door honger en armoede heeft ze jong geleerd te vechten om te overleven en ik denk dat dat haar hard heeft gemaakt (Ajarai & Van Heemstra 2007: 13, 14).

Coalitievorming, emotionele binding en steun

Hermans (1985) wijst op de machtsstrijd die er in veel families op het Marokkaanse platteland generaties lang tussen de seksen heeft bestaan. Daarbij gebruiken mannen andere machtstrategieën dan vrouwen. De macht van mannen over vrouwen wordt gelegitimeerd vanuit de tradities, waarbij een vrouw onder voogdij staat van haar vader, haar echtgenoot of schoonvader (Hermans 1985). Door de

scheiding van de vrouwen- en mannenwereld beschikken mannen over veel meer economische en ideologische macht dan vrouwen. Door hun toegang tot het publieke domein verwerven mannen maatschappelijke en religieuze informatie, kunnen zij netwerken mobiliseren en invloedrijke coalities vormen.

Vrouwen gebruiken vanuit deze plattelandstradities andere strategieën. Zij beschikken vooral over relationele, emotionele macht binnen het privédomein. Zij doen veelal een beroep op de steun en loyaliteit van familieleden en maken gebruik van coalitievorming. Vrouwen oefenen bijvoorbeeld macht uit door hun mannelijke familieleden en zoons in te schakelen. Door binnenshuis gezinsleden aan zich te binden en hen te beïnvloeden, zijn zij in staat om hun zin te krijgen. Veel plattelandsvrouwen hebben in het verleden na verloop van tijd invloed op weten te bouwen vanuit hun moederrol. Volgens Hermans (1985) vormen moeders vaak een sterke coalitie met hun zoons tegen het gezag van de vader:

Vaak heeft de moeder een mediërende functie tussen haar kinderen en haar echtgenoot en stelt zij deze laatste bijvoorbeeld niet op de hoogte wanneer hun kinderen iets mispeuterd hebben. (...) De moeder-zoon relatie wordt zeer intens beleefd en is een van de weinige relaties waarbij personen van verschillend geslacht openlijk hun emoties en affectie tegenover elkaar kunnen uiten. De moeder zou de enige vrouw zijn waarvan een man kan houden en deze liefde wordt geuit onder de vorm van eeuwige dankbaarheid. Dit alles gaat ten koste van de liefde voor de echtgenote (Hermans: 1985: 63).

Verder komt het voor dat binnen een familie vrouwen elkaar onderling steunen en voorzien van belangrijke informatie. Ook burens worden wel ingeschakeld om steun of hulp te verkrijgen. De relatie tussen een schoonmoeder en schoondochter blijft echter vaak spanningsvol omdat beide vrouwen vanuit hun positie elkaars concurrenten zijn.

Beïnvloeding, roddel, acting out en wanhoopsdaden

Volgens Hermans (1985: 66,67) gebruiken zowel mannen als vrouwen overredingskracht, manipulatie, sluwheid en intelligentie om hun persoonlijke belangen te behartigen. Vrouwen zijn volgens traditionele opvattingen in staat om de reputatie van mannen te schaden door over hen te roddelen. Roddel en beïnvloeding kunnen gezien worden als copingstrategieën om invloed over anderen uit te oefenen. Hermans (1985) noemt ook het met vrouwen onderling dansen en zingen als manier om hun spanningen af te reageren, bij ziet het als een vorm van acting out:

Ook is er een acting out van deze conflicten in bepaalde genezingsrituelen, maar ook wanneer vrouwen tijdens feesten afgezonderd van de mannen sensueel dansen en liederen zingen die verhalen hoe een meisje haar minnaar verkiest boven de huwelijkskandidaat van haar vader (Hermans: 1985: 67).

Voorals Riffijnse plattelandsvrouwen zonder kinderen en zoon kunnen minder effectief invloed uitoefenen. In 1979 heb ik op het Riffijnse platteland een vrouw ontmoet, die later uit wanhoop in een waterput is gesprongen. Haar wanhoopsdaad is te zien als een protest tegen een dreigende verstoting als zij ondanks medische behandelingen in Nederland niet zwanger wordt. Hoewel haar echtgenoot ooit uit liefde met haar is getrouwd en hij haar is nagesprongen en heeft weten te redden, besluit hij toch onder druk van zijn vader om van haar te gescheiden. Een gescheiden vrouw, een vrouw zonder kinderen en vooral zonder zoons kan onder de gegeven omstandigheden van deze periode vaak weinig effectieve invloed uitoefenen. Wat veel kwetsbare vrouwen onder dergelijke omstandigheden dan rest is het inzetten van magische en religieuze middelen (Jansen 1987).

5.3.5. Kenmerken van religieuze copingstrategieën

Marokkaanse vrouwen van het platteland maken in deze periode vaak gebruik van religieuze en spirituele strategieën om met hun spanningen en stress om te gaan.

Religieuze betekenisgeving

Als Riffijnse plattelandsvrouwen uit het onderzoek van Ajarai & Van Heemstra (2007) geconfronteerd worden met ziekte en dood, zoeken zij kracht in religieuze zingeving, zoals positieve religieuze herwaardering en het geloof in het lot en het hiernamaals. Daarnaast is het waarschijnlijk dat vrouwen tot God bidden om steun en kracht te vragen, maar op welke wijze dit precies gebeurt, is in het onderzoek uit deze tijd nauwelijks terug te vinden.

Magie en toverij

Wel is bekend uit onderzoek dat sommige vrouwen in deze periode hun invloed op anderen proberen te vergroten met behulp van religieuze en spirituele praktijken, zoals het inzetten van magie en toverij. Zij doen een beroep op vrouwen met magische krachten of gebruiken zelf toverij om hun verlangens te verwezenlijken (Jansen 1987). Soms oefenen zij daarmee macht uit over mannen, tenminste als deze mannen gevoelig zijn voor deze dergelijke magische krachten. Hermans (1985) beschrijft de angst van mannen voor de magie en toverij van vrouwen als volgt:

Vrouwen worden eveneens gevreesd om hun toegang tot het magische, een domein dat vooral in handen van vrouwen is. Aangezien mannen voor hun eer gedeeltelijk van hun vrouwen afhankelijk zijn, zouden vrouwen eveneens hiermee de mannen kunnen manipuleren. In de praktijk worden ze hierom echter nog meer gecontroleerd (Hermans 1985: 66,67).

Bezetenheid

Daarnaast komt onder deze Riffijnse plattelandsvrouwen bezetenheid voor. Bezetenheid door geesten wordt gezien als een ziekte die psychische oorzaken heeft (Houran, Kumar, Thalbourne & Lavertue 2002). Door middel van bezetenheid kunnen minder machtige, kwetsbare individuen spanningen en stress uiten, zonder de bestaande taboes te overtreden. Volgens Hoffer (1996) biedt bezetenheid een onbewuste uitlaatklep voor ondraaglijke frustraties en spanningen. De bezeten persoon kan zich vreemd of aanstootgevend gedragen en taboes negeren, zonder hiervoor ter verantwoording geroepen te worden. Op deze wijze kunnen vooral vrouwen met weinig macht invloed uitoefenen (Bourguignon 2004). Hun provocerende gedrag wordt immers niet door henzelf maar door een geest veroorzaakt. Psychologisch gezien kan een vrouw via deze geest verborgen wensen of onrecht openbaren zonder inbreuk te maken op de bestaande gezagsrelaties binnen de familie.

Bezetenheid wordt bestreden met magische en religieuze rituelen. Een deskundige vertaalt de wensen van een geest in adviezen aan de familie. Vanuit de traditie krijgt een bezeten persoon extra aandacht en verzorging, waardoor stress kan afnemen. Daarnaast wordt de geest verdreven met behulp van specifieke rituelen. Volgens Snouck Hurgronje (1889/ 2007), die in 1885 als moslim Mekka heeft bezocht, hebben vrouwen uit Mekka bezetenheid gebruikt om hun echtgenoten te manipuleren om hun materiële verlangens in te willigen.

Bij bezetenheid speelt het voorkomen van gezichtsverlies een belangrijke rol. Bezetenheid vertoont overeenkomsten met hoe Breuer & Freud (1893/1997) het verschijnsel hysterie hebben beschreven onder Weense patiënten uit de middenklasse aan het eind van de negentiende eeuw. Bezetenheid en hysterie zijn beide getolereerde uitingsvormen voor stress binnen een groepsklimaat waar hiërarchische verhoudingen en strikte seksuele en gendertaboes het openlijk uiten van verlangens en wensen verhinderen. Bezetenheid maakt het mogelijk om stress en frustraties te uiten, zonder de betrokkenen in verlegenheid te brengen.

Bemiddeling vragen aan heiligen

Daarnaast is bekend dat deze plattelandsvrouwen heiligengraven in de omgeving bezoeken om geluk, voorspoed, vruchtbaarheid en gezondheid voor henzelf en hun dierbaren te vragen (Hart 1976). Hoewel in de islam alleen verering van God wordt

toegestaan, is gedurende lange tijd het bezoeken van heiligengraven in Marokko gebruikelijk (Hoffer 1996). Als er sprake is van persoonlijke en familieproblemen vraagt men de heilige om te bemiddelen bij God (Beck 1994):

De heilige (...) heeft voorrang bij God en kan derhalve als bemiddelaar tussen God en mens fungeren. De voorspraak of bemiddeling van de heilige tracht de individuele bedevaartganger te verwerven door het brengen van een bezoek aan het graf van de heilige, door het uitspreken van gebeden, door het verrichten van al dan niet voorgeschreven rituelen, het branden van wierrook en kaarsen, het brengen van offers en het schenken van giften (Beck 1994: 145).

Dus de religieuze copingstrategieën waarvan Riffijnse plattelandsvrouwen destijds gebruik maken, zijn volgens verschillende onderzoekers naast religieuze zingeving vooral te duiden als religieuze en spirituele praktijken, zoals magie en toverij. Vrouwen uiten soms frustraties in bezetenheid en bezoeken de graven van islamitische heiligen in de omgeving om hen om bemiddeling bij God te vragen.

5.3.6. Samenvatting

De maatschappelijke positie in Marokko van de families die later naar Nederland zijn gemigreerd, wordt overwegend bepaald door een op tradities gebaseerde plattelandsachtergrond. Hun religiositeit wordt beschreven als een vorm van vrome volksislam. Op het platteland volgen vrouwen nauwelijks koranonderwijs en mannen leren vooral de koran uit hun hoofd citeren.

De problemen die er in deze plattelandssamenleving spelen, staan in verband met economische schaarste en het gebrek aan voorzieningen. Verder treden er spanningen op door hiërarchische familierelaties, waarbij tegenspraak niet getolereerd wordt. De positie van vrouwen is ongelijk aan die van mannen, ook binnen het gezin. Dit geldt ook voor de relatie tussen ouders en kinderen. Binnen deze context beïnvloedt de code van eer en schande de onderlinge familieverhoudingen en de relaties met andere families.

Bij dergelijke problemen binnen en tussen families maken vooral minder machtige gezinsleden op het Riffijnse platteland gebruik van copingstrategieën waarbij probleemconfrontatie zoveel mogelijke wordt vermeden. Jonge mannen kunnen zich aan het gezag van vaders onttrekken door middel van arbeidsmigratie. Vrouwen zijn aan huis gebonden en ontwijken conflicten door zich aan te passen aan de omstandigheden door deze te accepteren. Als zij protesteren tegen de onrechtvaardige behandeling door hun echtgenoot of schoonfamilie, doen zij dat op indirecte wijze door het vormen van coalities met hun zoons. Daarbij maken zij gebruik van relationele macht. Ook zoeken zij de steun van anderen, zoals

familieleden en buren als zij daarvoor de gelegenheid krijgen. Sommige vrouwen zijn in staat om hun invloed te vergroten door middel van roddel, beïnvloeding en manipulatie.

In het gebied van herkomst gebruiken plattelandsvrouwen in deze periode ook religieuze en spirituele copingstrategieën bij het hanteren van problemen. Ongeluk en tegenspoed worden geduid met behulp van religieuze zingeving, als de wil van God en het lot. Zij proberen voorspoed te verkrijgen of het onheil te bezweren door magische rituelen in te zetten, of zij bezoeken het graf van een lokale heilige met het verzoek om bij God te bemiddelen. Onderlinge spanningen die niet op een andere wijze geuit kunnen worden, worden wel afgereageerd door bezetenheid. In de volgende paragraaf onderzoeken wij in hoeverre dergelijke strategieën ook na migratie naar Nederland nog door onderzoekers worden waargenomen.

5.4. Religie en coping na de migratie naar Nederland

Op welke wijze deze migrantenfamilies uit Marokko zich aan de Nederlandse context hebben aangepast, wordt aan de hand van de volgende drie perioden behandeld:

1. De periode van 1960 tot 1990, dit wil zeggen de eerste adaptatiefase in Nederland, welke wordt gekenmerkt door arbeidsmigratie, gezinshereniging en gemeenschapsvorming. Het gaat in deze periode vooral om aanpassingsproblemen aan de nieuwe samenleving.
2. De periode 1990 tot 2000, de tweede adaptatiefase. Dit is de periode waarin de kinderen van deze migranten in Nederland opgroeien. Sommigen integreren op succesvolle wijze, anderen marginaliseren. Het gaat in deze periode vooral om integratieproblemen.
3. De laatste adaptatieperiode van 2000 tot 2012 wordt gekenmerkt door problemen om als Marokkaanse Nederlander en als moslim volledig geaccepteerd te worden. Na de eeuwwisseling is de maatschappelijke positie van migrantenvrouwen weliswaar verbeterd, maar in de media en het publieke debat in Nederland wordt er steeds negatiever over de groep Marokkaanse migranten en de islam gesproken (Tillie 2008; Entzinger 2009; Omlo 2011).

5.4.1. De eerste fase: problemen met aanpassing (1960 tot 1990)

De eerste adaptatiefase van 1960 tot 1990, wordt gekenmerkt door het aanpassingsproces van de migranten uit Marokko aan de Nederlandse samenleving. De eerste arbeidsmigranten komen in de jaren zestig naar Nederland. Vanaf de jaren zeventig voegen hun vrouwen en kinderen zich bij hen in het kader van gezinshereniging (De Mas & Haffmans 1985). Daardoor ontstaan er vooral in de grote steden gemeenschappen van migrantenfamilies uit Marokko (Fokkema et al. 2009).

De migratie uit Marokko naar Nederland (Van Amersfoort 1986) wordt in eerste instantie geïnitieerd door het Nederlandse bedrijfsleven vanwege een tekort aan ongeschoolde arbeidskrachten in de industrie. De bewoners uit de Rif van Noord-Marokko vertrekken echter vooral op eigen initiatief naar Nederland (Cottaar, Bouras & Laouikili 2009). Later volgen familieleden en bekenden (De Mas & Haffmans 1985; Veenman & Roelandt 1994). En vanwege de voorkeur om te huwen met partners uit het land van herkomst, (Fokkema et al. 2009) hebben ook in 2016 nog weinig Marokkaanse Nederlanders ouders die allebei in Nederland zijn geboren.

5.4.1.1. De maatschappelijke positie

Volgens gegevens van het Centraal Bureau voor Statistiek wonen er in 1960 slechts 10 Marokkanen in Nederland (CBS 1982, geciteerd bij Brassé et al. 1983: 9). Al is Peters (1982/1987: 9) van mening dat de groep in werkelijkheid al groter moet zijn geweest omdat personen zonder geldige verblijfsvergunning niet meegeteld zijn. Tien jaar later is het aantal Marokkanen verdubbeld. Twintig jaar later, in 1980 bestaat de groep uit 83.300 personen.

In de periode 1970-1974 komen er volgens Martens, Prins & Roelandt (1994) vooral mannelijke migranten uit Marokko (80%), terwijl het in de periode 1975-1985 meer om vrouwen gaat die zich in Nederland vestigen in het kader van gezinshereniging. In die periode is zelfs 55% van deze immigranten vrouw (Martens et al. 1994: 56, 57). Deze onderzoekers schetsen het volgende beeld van de maatschappelijke positie van deze groep migranten. Het opleidingsniveau van de Marokkaanse migranten is laag. In de eerste migratieperiode heeft slechts 2% van hen een diploma van het voorgezet onderwijs. In de periode 1970-1974 is het werkloosheidscijfer van de eerste immigranten 29 %. In de tweede periode tussen 1975 en 1985 is dit percentage gestegen tot 33% en na 1985 is bijna de helft van deze groep werkloos.

Tot de oliecrisis van 1973 wordt de migratie van gastarbeiders naar Nederland als tijdelijk beschouwd (Fokkema et al. 2009), daarna dringt het besef

door dat deze migranten blijven en dat er speciaal overheidsbeleid nodig is om deze nieuwkomers en hun gezinnen binnen de Nederlandse samenleving te integreren. Daarbij spelen ook een aantal incidenten mee die wijzen op de toenemende intolerantie naar immigranten. Scholten (2011: 88, 89) noemt de spanningen onder textielarbeiders in Twente in de jaren zestig; de etnische rellen in Rotterdam in 1972 en in Schiedam in 1976; de opkomst van de extreemrechtse Centrum Partij en de impact van de Molukse gijzelingen. Deze gebeurtenissen hebben invloed op de acceptatie van nieuwkomers met een andere huidskleur en culturele achtergrond.

Deze ontwikkelingen stimuleren specifiek onderzoek naar minderheden binnen de Nederlandse samenleving. In 1978 wordt de ACOM (Adviescommissie Onderzoek Minderheden) opgericht om dit onderzoek te coördineren. Er is vooral aandacht voor het verminderen van de maatschappelijke achterstand van deze nieuwkomers (Scholten 2011). Daarbij denken beleidsmakers aan een vorm van integratie waarbij de maatschappelijke positie (opleidingsniveau en arbeidsmarktpositie) verbetert, maar de eigen culturele achtergrond behouden kan blijven. Dit laatste past binnen de verzuilingstraditie zoals deze zich in Nederland vanuit het verleden heeft ontwikkeld.

Het eerste onderzoek dat een meer representatief beeld geeft van de positie van de Marokkaanse vrouwen op de arbeidsmarkt in Nederland, is het onderzoek van Brassé, Van Schelven, Van der Valk & De Vries (1983). Uit dit onderzoek onder 600 kinderen van gastarbeiders van Turkse en Marokkaanse afkomst, blijkt dat weinig meisjes uit de geselecteerde groep van 150 jonge vrouwelijke respondenten van Marokkaanse afkomst, zich op de arbeidsmarkt oriënteren. Vooral van de plattelandsmeisjes wordt verwacht dat zij thuisblijven en voor het huishouden zorgen. Onder deze groep komt het vaker voor dan onder de andere groepen (Marokkaanse jonge mannen en respondenten van Turkse afkomst) dat zij weigeren om aan het onderzoek mee te werken (15%), omdat hun vaders of echtgenoten geen toestemming voor een interview geven.

Vanwege de Nederlandse leerplichtwet gaan in deze periode veel plattelandsdochters voor het eerst van hun leven naar school of naar het vormingsonderwijs. Veel moeders blijven thuis en zorgen voor de kinderen. Toch zijn er in deze periode ook Marokkaanse vrouwen geweest die alleen naar Nederland migreren om er te werken in de dienstensector of industrie, ook zijn er vrouwen die direct na gezinshereniging aan het arbeidsproces gaan deelnemen. Maar voor de meerderheid van de vrouwen van Marokkaanse afkomst geldt dit niet. Zo is er onder de gehuwde Marokkaanse mannen uit dit onderzoek van Brassé et al. (1983) slechts één man die zijn vrouw toestemming geeft om buitenshuis te werken. De andere mannen zijn tegen beroepsarbeid van hun echtgenote. Zij geven daarbij de volgende argumenten: vanuit de islam hoort een vrouw thuis te blijven; een man

moet zich niet door een vrouw laten onderhouden en vrouwen zijn thuis nodig om te zorgen voor het huishouden.

Onder de Marokkaanse vrouwen is de wens om beroepsarbeid te verrichten groter onder de opgeleide vrouwen uit een Marokkaanse stad dan onder de ongeschoolde plattelandsvrouwen (Brassé et al. 1983). Vooral de Riffijnse plattelandsvrouwen geven aan niet buitenshuis te mogen en kunnen werken in verband met de verzorging van de gezinsleden. Daarnaast voelen deze overwegend ongeletterde meisjes en vrouwen zich onzeker over hun kansen op de arbeidsmarkt. Zij geven aan dat zij nauwelijks op de hoogte zijn van wat zich in de wereld buitenshuis afspeelt.

5.4.1.2. Kenmerken van religiositeit

Wat is er bekend over de religiositeit van de groep arbeidsmigranten en hun gezinnen uit Marokko? Wij gaan eerst in op hoe er in deze periode wordt geschreven over de islamitische achtergrond van deze migrantenfamilies.

De gastarbeiders uit Marokko worden in deze periode volgens het onderzoek van Poorthuis & Saleminck (2011) nog nauwelijks op hun religie aangesproken. De beeldvorming in Nederland over de islam verandert in de jaren tachtig echter ingrijpend onder invloed van de mondiale politieke verhoudingen. Het uitroepen van de islamitische republiek Iran in 1979, de oorlog tussen Iran en Irak, het Israëlijs-Palestijns conflict en de fatwa uitgesproken tegen de romanschrijver Rushdie, brengen de islam op negatieve wijze in de publiciteit. De islamoloog Waardenburg (1983; 1985) brengt in deze tijd de toename van de discriminatie van moslims in verband met de negatieve beeldvorming over de islam vanuit de Nederlandse geschiedenis en het koloniale verleden. Volgens Waardenburg (1983; 1985) heeft men in Nederland nauwelijks oog voor de persoonlijke beleving van de islam. Ook vraagt hij zich af welke consequenties het opnemen van moslims op langere termijn voor de samenleving heeft en welk beleid daarbij raadzaam is.

Volgens Bartelink (1994) publiceren onderzoekers in deze periode vooral algemene informatie over de islam en wordt het advies van Waardenburg (1985) om de specifieke religieuze waarden, normen en gebruiken van individuele moslims te onderzoeken, nog niet nagevolgd. Zo beschrijven de islamdeskundigen Shadid & Van Koningsveld (1983) en Peters (1982/1987) de betekenis en inhoud van islam meer in algemene zin. Peters (1982/1987) schrijft in deze periode dat het niet precies vast te stellen is wat het geloof in de islam voor de Marokkanen in Nederland precies betekent. Hij verwacht dat degenen die gewend zijn om hun religieuze plichten na te komen, zoals bidden, vasten en het naleven van de voedselvoorschriften, dit ook

in Nederland willen doen. Peters (1982/1987) schat in dat ongeveer 30% van de Marokkanen regelmatig hun gebedsplicht vervult.

Latere onderzoekers zoals de cultureel antropoloog Hoffer (1996) beschrijven het islamitische volksgeloof van deze eerste generatie migranten in navolging van Shadid & Van Koningsveld (1983: 80) als een vorm van volksislam. Kenmerkend voor de volksislam vindt Hoffer (1996) het dragen van amuletten, het bezoek van bedevaartsplaatsen, gebedsgenezing, het uitvoeren van magische rituelen, het geloof in natuurlijke en bovennatuurlijke oorzaken van ziekten, magie, het boze oog, geesten en *baraka*²⁸.

Ook Hermans (1985) concludeert dat onder veel Marokkanen in België de meer traditionele, volksinterpretatie van de islam populair is. Hoewel de heiligereniging niet direct in strijd is met de orthodoxe islam, is de nadruk op het belang van heiligen als bron voor persoonlijke hulp dit wel. Ook het geloof in demonen, magie en het boze oog komt voor in de koran, maar het gebruik van magische rituelen en toverij is verboden. Volgens Hermans (1985) geloven veel van deze gastarbeiders uit Marokko in religieuze voorstellingen die niet overeenstemmen met de koran en *soenna*²⁹.

Hermans (1985) onderscheidt naast de traditioneel gelovigen, de fundamentalisten of orthodox gelovigen die de letterlijke interpretatie van de islam voorstaan. Zij benadrukken bijvoorbeeld dat voor Allah elk mens gelijk is. Een andere groep, de meer verlichte moslims, combineren de islam met hun moderne leven en westerse waarden en normen. Onder de jongeren afkomstig uit Marokko treft hij veel gelovigen aan die zich meer onverschillig opstellen. Deze jongeren praktiseren de islam niet, maar beschouwen zichzelf wel als moslim.

Een uitzondering in deze periode vormt de studie naar de religieuze beleving van arbeidsmigranten uit Marokko door Theunis (1979). De acht arbeidsmigranten die Theunis in 1979 voor zijn onderzoek interviewt, hanteren verschillende interpretaties van de islam. Sommigen hebben veel kennis, anderen veel minder. Sommigen zijn streng in het praktiseren, anderen juist helemaal niet. Zij refereren over het algemeen weinig aan religieuze kennis. Zij reciteren tijdens de *salaat* een aantal uit het hoofd geleerde koransoeira's en smeekbedes, zonder de inhoud precies te kennen.

Ook Van den Berg-Eldering (1978) constateert in 1978, in een van de eerste studies over migrantengezinnen uit Marokko in Nederland, dat de mannen die op dagelijkse basis het verplichte *salaat*gebed uitvoeren, vooral afkomstig zijn uit de regio rond Tanger, Tetouan en uit de Rif. Deze mannen hebben in hun jonge jaren

²⁸ Dit wil zeggen spirituele of goddelijke kracht.

²⁹ Dit wil zeggen de "geleefde uitleg van de koran" (Van Bommel et al. 2005: 22).

koranonderwijs gevolgd en willen in hun Nederlandse woonplaats een moskee oprichten.

Wat is er bekend over de religieuze waarden, normen en gebruiken van de Marokkaanse vrouwen uit deze periode? De onderzoekers uit die tijd brengen nauwelijks de religiositeit van Marokkaanse vrouwen in beeld. Dit heeft waarschijnlijk te maken met het feit dat deze eerste generatie vrouwen de islam wel belangrijk vindt, maar hun geloof nog niet zo openlijk praktiseert (Phalet & Ter Wal 2004; Cottaar, Bouras & Laouikili 2009). Zo ontmoet Van den Berg-Eldering (1978) tijdens haar onderzoek uit 1978 slechts drie Marokkaanse vrouwen van de eerste generatie die zich aan de gebedsplicht houden, deze vrouwen zijn ouder en hebben Mekka bezocht.

In 2008 beschrijven de islamitische jongeren met een Marokkaanse achtergrond uit het onderzoek van De Koning (2008) hun moeders als onwetend op religieus gebied, omdat zij weinig afweten van islamitische voorschriften. Zo hebben zij in het verleden regelmatig heilige graven bezocht en dansen zij graag met andere vrouwen. Hun kleding is niet “islamitisch” correct en ook hebben zij vaak traditionele gezichtstatoeages.

Smit (2011) heeft onderzoek verricht naar de kledingcode van de eerste generatie Marokkaanse vrouwen en meisjes. Op basis van de analyse van interviews en foto's uit deze tijd, kenmerkt zij de wijze waarop deze vrouwen en meisjes gekleed zijn, als gevarieerd. Uit hun manier van kleden spreekt een voortzetting van de plattelandstradities of de stadsgewoontes uit Marokko, vermengd met westerse mode. Binnen de politieke, sociale en economische context van deze periode in Nederland is het volgens Smit (2011) voor deze vrouwen niet relevant om zich in deze periode door middel van hun kleding als moslima te presenteren. Deze eerste generatie vrouwen uit Marokko wil vanwege angst voor afkeuring door Nederlanders liever niet te veel op straat opvallen. Daarnaast wordt hun kleding buitenshuis ook beïnvloed door de groepsdruk en sociale controle binnen de Marokkaanse gemeenschap. Later worden traditionele tatoeages binnen de Marokkaanse gemeenschap vanuit de islam afgekeurd. Sommige vrouwen laten deze tatoeages daarom verwijderen (Smit 2011).

Dit beeld komt overeen met mijn eigen observaties in de periode 1976 tot 1983 in Nederland. Ik heb in het kader van onderzoek (Brassé et al. 1983) en in verband met mijn werkzaamheden als vormingswerker meer dan 100 Marokkaanse gezinnen in diverse steden in Nederland thuis bezocht. De meeste vrouwen die mij zowel in Nederland als in Marokko gastvrij hebben onthaald, hebben in hun kledingstijl geen nadruk gelegd op hun religie. De meeste meisjes van het Marokkaanse platteland zijn in deze periode ook vanwege het lage inkomen van hun vader eenvoudig gekleed. Zij dragen een rok of broek, hun lange haar is meestal los of

opgestoken, maar wel onbedekt. Dit in tegenstelling tot de Turkse plattelandsmeisjes die in deze periode in tegenstelling tot de stadsmeisjes vanuit hun tradities een hoofddoek dragen. Sommige Marokkaanse meisjes zijn zelfs uitdagend gekleed, met strakke truitjes en korte rokken. Zij zijn er trots op dat zij zich in Nederland vrij kunnen bewegen en de opmerkingen van Marokkaanse mannen op straat over hun kleding of gedrag niet hoeven te accepteren.

De Arabischsprekende meisjes uit de stad dragen in deze tijd over het algemeen modieuze en duurdere kleding. Veel Riffijnse moeders zijn thuis op traditionele wijze gekleed. Zij blijven vooral binnenshuis en dragen daar kleurrijke lange jurken gecombineerd met traditionele of gouden sieraden. Hun ogen zijn aangezet met kohl, hun haar is gevlochten en deels bedekt met een hoofddoekje. Verder vallen hun kin- en voorhoofdtatoeages op. De oudere vrouwen onder hen dragen vaak traditionele, lange witte gewaden.

Het feesten op bruiloften met vrouwen onder elkaar maakt een belangrijk deel uit van hun plezier, daarbij dragen zij aparte Marokkaanse feestjurken. Deze kleding is heel belangrijk voor zowel jonge als oudere vrouwen. Ik herinner mij dat er in Marokko op allerlei feestjes van vrouwen waarbij ik aanwezig ben geweest veel is gegeten, gelachen, gedanst en gekletst (zie ook Buitelaar 1993).

Ik heb destijds bij deze huisbezoeken in Nederland weinig jonge vrouwen ontmoet die mij over de islam hebben geïnformeerd of die de *salaat* hebben gebeden. Ook de Riffijnse meisjes die tijdens mijn onderzoek voor mij hebben getolkt of die ik via het vormingscentrum beter heb leren kennen, hebben zich wel aan de Ramadan gehouden en aan het verbod op varkensvlees en alcohol, maar ik heb hen nooit horen vertellen over hun gebedsplicht. Wel hebben zij mij altijd gastvrij onthaald en voorzien van eten en drinken, wat ook als een islamitische plicht beschouwd kan worden. De problemen waarover zij mij en collega's hebben verteld, zijn problemen met Marokkaanse jongens, het uitgaansverbod van hun vaders, geldgebrek, de heimwee van hun moeders, uithuwelingsperikelen en jaloezie en roddel van andere meisjes en vrouwen binnen de Marokkaanse gemeenschap. Vaak is er daarbij gesproken over de invloed van geesten, zwarte magie, toverij en het boze oog. Tijdens feestjes op het vormingscentrum hebben deze Marokkaanse meisjes onder elkaar uitbundig op traditionele wijze op traditionele ritmes gedanst. Sommigen raken daarbij in trance vanwege bezetenheid door een geest, bijvoorbeeld door de geest van een overleden moeder. Ook heb ik meegemaakt dat er een Riffijns plattelandsmeisje opgenomen is in een psychiatrisch ziekenhuis vanwege bezetenheid. Deze problemen zijn achteraf misschien in verband te brengen met haar psychische kwetsbaarheid en seksuele spanningen vanwege de aanwezigheid in haar vadershuis van een groep alleenstaande Marokkaanse gastarbeiders (Sterman 1996 wijst op dergelijke verbanden en psychiatrische problematiek).

De vrouwen die ik in Nederland en Marokko op het Riffijnse platteland of in de buitenwijken van Noord-Marokkaanse steden in huis heb zien bidden, behoren veelal tot de oudere generatie. Ik herinner mij dat vooral de oudere Marokkaanse vrouwen soms zuchtend refereren aan de wil van God, vanwege de tegenslag, ziekte en het verdriet waarmee het leven hen confronteert. De jonge plattelandsvrouwen van Marokkaanse afkomst zijn in deze periode veel minder met de islam en bidden bezig. Mogelijk hebben zij smeekbedes uitgesproken zonder dat ik het gemerkt heb. Maar zij hebben het weinig over de islam gehad, in tegenstelling tot sommige jonge, opgeleide vrouwen uit een stedelijk Marokkaans milieu, die mij tijdens het onderzoek naar hun positie op de arbeidsmarkt (Brassé et al. 1983) met passie over Allah, de islam, het lezen in de koran en het naleven van de gebedsplicht hebben verteld. Deze vrouwen hebben na hun komst naar Nederland veel steun aan hun geloof gehad, waardoor zij beter in staat zijn geweest om hun problemen en het gemis van familieleden te hanteren.

5.4.1.3. Kenmerken van problemen

De arbeidsmigranten uit Marokko en later hun gezinnen, vestigen zich vooral in Nederlandse steden. Hulpverleners, Stichtingen voor Buitenlandse Werknemers en zelforganisaties proberen de problemen die daarbij naar voren komen zo goed mogelijk op te lossen, maar dit gaat gepaard met veel misverstanden die in verband worden gebracht met cultuurverschillen en taalproblemen. Zo zijn de artsen, verpleegkundigen, ziekenhuismedewerkers en hulpverleners niet gewend aan de wijze waarop deze eerste generatie uit Marokko hun problemen presenteert. Er ontstaan daardoor tussen deze cliënten en hulpverleners allerlei communicatiestoornissen en frustraties. Onderzoekers constateren dat de hulpverleningsmethodieken onvoldoende bij deze Marokkaanse cliënten aansluiten (Deug 1989).

Maar uit het gegeven dat hulpverleners in deze periode problemen melden, blijkt dat deze eerste generatie migranten en hun gezinsleden de weg naar de hulpverlening wel heeft weten te vinden. Hun copingrepertoire is vergroot door de voorzieningen binnen de Nederlandse samenleving, waardoor het voor hen mogelijk wordt om een beroep te doen op professionele zorg en ondersteuning. In het herkomstland is deze hulpverlening immers niet beschikbaar. Welke problemen worden er in deze periode in diverse onderzoeken genoemd?

Taalproblemen, culturele verschillen en migratie gerelateerde spanningen

In eerste instantie worden de problemen van deze migranten in verband gebracht met verschillen in taal en cultuur. Er wordt gewezen op de hiërarchische, autoritaire, patriarchale gezinsstructuur, met de nadruk op het voorkomen van gezichtsverlies, het tonen van respect en het onvoorwaardelijk gehoorzamen aan de vader (Hermans

1985, Van de Meer 1984, Van den Berg-Eldering 1978). Er is volgens onderzoekers sprake van een groot machtsverschil tussen de seksen, waardoor vrouwen zich moeten voegen naar de wensen en verlangens van hun echtgenoot of zoons. Ook meent men dat het bij deze gezinnen uit Marokko gebruikelijk is dat een man zijn eigen echtgenote en kinderen op fysieke wijze corrigeert. Er wordt gesproken over het belang van patronage en onderhandelen zonder gezichtsverlies te lijden (Van de Meer 1984). Ook worden er cultuurverschillen geconstateerd in de wijze van opvoeding. Conflicten tussen echtgenoten, ouders en kinderen worden uitgebreid in onderzoeksliteratuur besproken (Eppink, Hartman-Eeken & De Vreede-Stuers 1979). Men geeft daarbij aan dat de gezinsleden, die door de migratie langere tijd van elkaar gescheiden zijn geweest, dusdanig van elkaar zijn vervreemd en dat de traditionele verhoudingen niet meer worden geaccepteerd. Het beeld van hulpverleners daarbij is, dat dit een verklaring biedt voor het verzet van zoons tegen het gezag van hun vader.

Vanaf 1980 zijn er veel studies verschenen over psychiatrische problemen van Marokkaanse migranten. Verschillende antropologen en psychiaters geven uitleg over verschillen in stressduiding, stresshantering en zingeving. Volgens artsen, psychologen en psychiaters uiten vooral de Marokkaanse migranten afkomstig van het platteland hun psychische klachten op lichamelijke wijze. Ook het verschijnsel bezetenheid geeft aanleiding tot misverstanden.

Illustratief in deze periode voor het duiden van stress bij migranten van Marokkaanse afkomst, is een uitwisseling tussen Marokkaanse en Nederlandse psychiaters en therapeuten in 1989. In dat jaar wordt op initiatief van de GGZ te Utrecht (Van Dijk 1989) een congres georganiseerd waarbij Nederlandse hulpverleners en psychiaters consult kunnen vragen aan Marokkaanse vakgenoten die zowel in Marokko als in Frankrijk ervaringen hebben opgedaan met de hulpverlening aan migranten uit Marokko.

De uitgenodigde Marokkaanse psychiaters en therapeuten brengen in een serie lezingen en workshops ervaringen naar voren die een overzicht geven van de stressoren en coping bij migranten van deze achtergrond. De psychiater Moussaoui (Van Dijk 1989) vertelt in zijn lezing in 1989 dat de psychische problemen van Marokkaanse migranten in verband staan met de stress die ontstaat door de migratie van het platteland naar de stad. In Marokko treft hij als psychiater vergelijkbare problemen bij deze migranten van boerenachtergrond aan als in Frankrijk. Hij vindt het kenmerkend voor deze plattelanders dat zij hun klachten niet verbaliseren maar somatiseren. Daarnaast zijn er communicatieproblemen in verband met allerlei taboes waar men niet openlijk over durft te spreken.

De hulpverlener Benanni (Van Dijk 1989) adviseert Nederlandse collega's om goed naar de individuele verhalen van patiënten te luisteren, hun ziekteuit-

drukking niet als vreemd te beschouwen of cultureel te duiden, maar door te vragen naar hun eigen, specifieke, individuele levensgeschiedenissen. Daarin spelen volgens hem de breuken met dierbaren mee die zijn ontstaan door de migratie. Maar vindt hij, door de migratie binnen en buiten Marokko naar de grote stad zijn dergelijke sociale verbanden en ziekteuidingen in Marokko zelf ook al ingrijpend veranderd.

Stress door financiële verplichtingen en schaamte

Het onderzoek onder Marokkaanse families door Van den Berg-Eldering (1978) is interessant omdat zij allerlei stressfactoren en copingstrategieën noemt. Veel arbeidsmigranten hebben in de eerste periode in Nederland allerlei financiële zorgen door de kosten van bruiloften, gezinshereniging en de onderhoudsplicht van hun gezin of familie in Marokko. Hun ongeschoolde werk biedt hen te weinig inkomen om al die kosten te betalen. Zij meldt ook stressreacties bij arbeidsmigranten die door hun ouders vanuit Marokko op allerlei manieren onder druk gezet worden om geld te sturen. Zo dreigen moeders of vaders vanuit Marokko met allerlei sancties, zoals het verkopen van bezit of verstoting (Van den Berg-Eldering 1978).

Sommige migranten lossen deze financiële problemen op door extra overuren te maken of door leningen af te sluiten. Anderen geven hun vrouw en dochters toestemming om als zij eenmaal in Nederland zijn, aan het gezinsinkomen bij te dragen door werk te zoeken (Van den Berg-Eldering 1978). Er zijn echter ook migranten die zich zo veel zorgen maken dat zij depressieve klachten ontwikkelen. Van den Berg-Eldering (1978) brengt dit in verband met het belang van loyaliteit en de behoefte aan de erkenning en verbondenheid met dierbaren. Deze mannen migreren immers met het doel om geld te verdienen voor degenen die zij achterlaten. Het financieel in gebreke blijven, tast hun eer als man aan. Zij maken zich zorgen om hun ouders, vrouw, kinderen en andere dierbaren die financieel van hen afhankelijk zijn. Deze zorgen maken hen ziek. Volgens Van de Meer (1984) kunnen deze gastarbeiders minder dan voorheen vertrouwen op de steun van familie in het herkomstgebied. Ook in Marokko zelf is de onderlinge onvoorwaardelijke steun binnen de familie afgenomen.

Spanningen en gezinsconflicten door eer en schande

Na gezinshereniging ontstaan er weer andere problemen. De Marokkaanse vrouwen van de eerste generatie vestigen zich in Nederland om voor hun gezin te zorgen. Zij zijn gericht op de wereld binnenshuis. Er ontstaan echter binnen deze opnieuw herenigde gezinnen problemen omdat mannen bang zijn voor eerverlies door roddel over het gedrag van vrouwelijke gezinsleden en jaloezie onder landgenoten.

Sommige mannen van de eerste generatie arbeidsmigranten wantrouwen vreemden, omdat zij bang zijn dat onbekenden misbruik zullen maken van de onschuld en onwetendheid van hun vrouwelijke gezinsleden³⁰. Om nariigheid te voorkomen, verbieden deze mannen hun vrouwen daarom om iemand zonder hun toestemming binnen te laten, naar buiten te gaan, of contact met burens te zoeken (Van den Berg-Eldering 1978). Dit werkt isolement en heimwee in de hand. Van den Berg-Eldering (1978) beschrijft de situatie van Marokkaanse vrouwen die zich in Nederland erg eenzaam en ongelukkig voelen. Deze pas uit Marokko overgekomen vrouwen zijn eraan gewend om voortdurend in gezelschap van familieleden te verkeren. Als hun echtgenoot naar zijn werk is, zijn zij voor het eerst van hun leven alleen. Zij missen hun familie en het gebruikelijke contact met burens.

Van den Berg-Eldering (1978) beschrijft de gezinsconflicten waarbij zij als bemiddelaar wordt ingeschakeld. Er zijn conflicten tussen echtgenoten en vaders en kinderen, maar problemen worden niet uitgesproken. In sommige gezinnen ontstaan er conflicten en ruzies, die zo escaleren dat burens de politie belden. Van den Berg-Eldering (1978) voorziet al in 1978 een toename van de conflicten tussen ouders en kinderen in gezinnen waarvan de ouders strak aan de traditionele Marokkaanse cultuur vast blijven houden terwijl hun kinderen zich meer op Nederland oriënteren. Daardoor kunnen ook de vooroordelen van Nederlanders naar Marokkanen toenemen. De jongeren kunnen tegen hun ouders in verzet komen, als zij beseffen dat zij in vergelijking met Nederlandse leeftijdsgenoten over minder vrijheden beschikken. Voor de integratie van meisjes is het volgens Van den Berg-Eldering (1978) nadelig als hun ouders vasthouden aan autoritaire gezinsrelaties en de nadruk op maagdelijkheid blijven leggen. Daardoor kunnen deze jongeren achterstand oplopen in het onderwijs en op de arbeidsmarkt. Van den Berg-Eldering (1978) hoopt dat dergelijke problemen kunnen afnemen door het ontstaan van een Marokkaanse gemeenschap, omdat men elkaar dan onderling kan helpen en er in crisissituaties sneller bemiddeling geboden kan worden. Zij verwacht ook dat problemen minder snel uit de hand lopen als men binnen de eigen etnische gemeenschap meer op elkaars gedrag gaat letten.

Van den Berg-Eldering (1978) beschrijft ook de veranderingen die zij binnen de Marokkaanse gezinnen in Nederland heeft waargenomen. Zo wordt het na verloop van tijd gebruikelijker dat Marokkaanse mannen hun echtgenote of dochters toestemming geven om in de Nederlandse samenleving te participeren. Het is voor deze vrouwen aantrekkelijk om buitenshuis te werken, omdat zij zo beschikken over een eigen inkomen. Hierdoor krijgen zij meer zeggenschap over de gezinsuitgaven.

³⁰ Een van de mannen uit mijn onderzoek in 1983 vertelt bijvoorbeeld dat zijn vrouwen net zo onschuldig als schapen zijn, zij weten niet wie het slecht met hen voor heeft, omdat zij de maatschappij niet kennen en te goed van vertrouwen zijn.

Ook andere onderzoekers beschrijven in deze periode gezinsconflicten bij families uit Marokko. In 1979 geven Eppink et al. (1979) aan dat de problemen van de kinderen van deze eerste generatie uit Marokko onvermijdelijk zijn, gezien de verschillen in opvoedingsmethoden en culturele achtergrond. Volgens deze onderzoekers doen deze jongeren door deze problemen te weinig vaardigheden op om hun mogelijkheden binnen de Nederlandse samenleving te kunnen benutten. Andere onderzoekers brengen de marginalisering van bepaalde Marokkaanse jongens naar voren (Werdmölder 1986) en huiselijk geweld bij meisjes en vrouwen (Deug 1989).

Marginalisering van jongens

Werdmölder (1986) brengt het marginaliseringproces in beeld van een groep Marokkaanse jongens in de oude volkswijken in Amsterdam. Deze jongens zwerven op straat, spijbelen van school en ontwikkelen zo criminele activiteiten. Sommige jongens raken verslaafd aan drugs of worden dealers. Later volgen er nog veel meer studies naar dit probleemgedrag van jongens met een Marokkaanse achtergrond.

Huiselijk geweld

In 1989 verricht Deug (1989) onderzoek op initiatief van de Stichting Tegen Huiselijk Geweld naar de ervaringen met seksueel geweld in huiselijke kring bij Turkse en Marokkaanse vrouwen en meisjes. Verschillende huisartsen en hulpverleners die werkzaam zijn bij voorzieningen voor vrouwenopvang, uiten hun vermoedens over het voorkomen van seksueel geweld en misbruik in deze migrantenfamilies. Hulpverleners zijn onvoldoende op de hoogte over hoe zij binnen deze gezinnen over dergelijke taboeonderwerpen in gesprek kunnen gaan. Voor veel vrouwen en meisjes is het onmogelijk om misbruik te melden (Deug 1989). Het voorkomen van incest wordt binnen Marokkaanse kring geheel ontkend.

De vrouwen uit het onderzoek van Deug (1989) vertellen over fysieke en seksuele mishandeling, vernederingen door hun echtgenoot, ook in bijzijn van anderen, zoals hun vriendinnen. Sommige mannen vinden dat zij het recht hebben om hun vrouw fysiek of psychisch te straffen als zij hem niet gehoorzaamt of als zij seksueel contact weigert. Deug (1989) geeft aan dat deze praktijken niets met de islam te maken hebben, maar dat sommige Marokkaanse mannen hun gedrag met behulp van religieuze argumenten legitimeren. Zo beroept één man uit haar onderzoek zich op de wil van Allah om zijn echtgenote te dwingen om een tweede vrouw te accepteren. Het legitimeren van gedrag met behulp van de islam, wordt ook door Hermans (1985) onder Marokkaanse mannen in België waargenomen.

5.4.1.4. Kenmerken van copingstrategieën

Welke copingstrategieën worden er in deze periode door onderzoekers genoemd?

Confrontatievermijding, probleemontkenning en probleemvermijding

Volgens diverse hulpverleners en deskundigen maken veel ouders en kinderen van Marokkaanse afkomst in deze periode gebruik van probleem vermijdende strategieën, zoals confrontatievermijding, probleemontkenning en het externaliseren en het bagatelliseren van problemen. Voorbeelden hiervan worden genoemd door Van Dijk et al. (1989). Zoals al is vermeld, gaat men binnen de psychiatrie vanwege problemen met cliënten met een Marokkaanse achtergrond psychologen en psychiaters uit het herkomstland van deze migranten consulteren (Van Dijk, et al. 1989). Volgens deze deskundigen gebruiken veel van hun Marokkaanse cliënten zowel in Europa als in Marokko, vergelijkbare manieren van probleemhantering. Het komt vaak voor dat deze cliënten hun problemen ontkennen; familieconflicten ontwijken; problemen bagatelliseren of de schuldvraag over hun probleem externaliseren door naar externe oorzaken te verwijzen, zoals toverij, jaloezie of de invloed van geesten. Stress wordt vaak gesomatiseerd. Tijdens therapiesessies met families komt het wel voor (Van Dijk, et al. 1989) dat kinderen van deze migranten weigeren om in het bijzijn van hun ouders bepaalde gevoelige onderwerpen te bespreken. Als hun ouders over intieme zaken uit hun eigen leven vertellen, verlaten hun kinderen uit schaamte met allerlei excuses de ruimte. Ook houden zij bepaalde zaken voor hun ouders verborgen, zoals de geheimen van hun broers of zussen (Van Dijk et al. 1989).

Dit vermijden van probleemconfrontatie wordt in deze periode ook door andere onderzoekers in Nederland waargenomen. Volgens Eppink et al. (1979) gebruiken Marokkaanse ouders bij gezinsproblemen de volgende manieren van coping:

- a. Zij brengen niets van de aanwezige moeilijkheden naar buiten;
- b. In die gevallen van gedwongen hulp probeert men zich aan de hulp te onttrekken, de ouders laten het over aan de instanties;
- c. Als het om zeer zware overtredingen gaat, vlucht men in ongeloof en wijt men het gebeurde niet aan de situatie binnen het gezin (Eppink et al. 1979: 177).

Deze onderzoekers zijn van mening op basis van de ervaringen van hulpverleners dat zowel ouders van Marokkaanse afkomst als hun kinderen niet in staat zijn om hun conflicten adequaat op te lossen. Beide partijen voelen zich machteloos en denken dat zij niets aan hun situatie kunnen veranderen. Zij willen wel hulp bij praktische problemen maar kunnen niet verwoorden wat zij zelf aan het probleem kunnen doen. Problemen zoals delinquent gedrag van hun kinderen of wegloupgedrag, brengen ouders in verband met externe oorzaken. Als hun zoon met de

politie in aanraking komt, wijten ouders dit aan zijn slechte vrienden buitenshuis en de vrije manier waarop men binnen de Nederlandse samenleving met elkaar omgaat. Ernstige problemen worden gebagatelliseerd. Bij de jongeren zelf ontbreekt volgens Eppink et al. (1979) het vermogen tot zelfreflectie.

Van der Meer (1984) beschouwt de opmerking van Nederlandse hulpverleners dat hun Marokkaanse cliënten smoesjes vertellen of in hun ogen liegen, echter als een vorm van strategisch handelen. Op deze wijze probeert men te vermijden dat men de schuld van iets krijgt en gezichtsverlies lijdt.

Peters (1982/1987) vermoedt dat sommige Marokkaanse mannen in Nederland met behulp van alcohol hun problemen en eenzaamheid proberen te vergeten. Volgens deze onderzoeker drinken de moslims in Nederland meer alcohol dan in het herkomstland. Hij brengt dit in verband met hun sociale contacten met niet-moslims.

Ook de Marokkaanse vrouwen uit het onderzoek van Deug (1989) maken gebruik van probleem- en confrontatievermijding. Zij gaan conflicten uit de weg door hun echtgenoot zijn zin te geven, ontwijken hem of lopen weg. Opvallend is dus dat bij de copingstrategieën van deze migranten uit Marokko het vaak gaat om het vermijden van probleemconfrontatie.

Protesteren, afzetten tegen en ondersteuning zoeken

Daarnaast gebruiken de vrouwen uit het onderzoek van Deug (1989: 56) ook andere manieren om conflicten te hanteren. Zij protesteren door hun ongenoegen te uiten; door te onderhandelen; de verzorging te staken; te huilen; terug te slaan of te dreigen met weglopen. Zij zoeken ook steun bij anderen, zoals bijvoorbeeld hun burens. Zo vertellen zij hun verhaal aan hulpverleners en maken zij gebruik van speciale opvangvoorzieningen. De verhalen uit het onderzoek van Deug (1989) verhelderen dat deze migrantenvrouwen uit Marokko zich niet zomaar schikken in de hun toebedeelde ondergeschikte, dienende rol naar hun echtgenoot, vader, of broers.

In hoeverre speelt ook religie mee in de wijze waarop zij in deze periode hun problemen hanteren?

5.4.1.5. Kenmerken van religieuze copingstrategieën

In verschillende studies worden religieuze copingstrategieën onderscheiden die men binnen de Marokkaanse gemeenschap waarneemt.

Religieuze zingeving

Veel Marokkaanse migranten van de eerste generatie verwijzen bij problemen naar de wil van God. Maar Van der Meer (1984) is van mening dat religieuze uitspraken zoals: "Gods wil" ook wel gebruikt worden om te vermijden dat men verant-

woordelijk wordt gehouden voor een gebeurtenis. Door een uitspraak als *Inshallah* (dit wil zeggen: Zo God het wil) kan men een situatie vaag houden en geeft men aan dat men er zelf geen macht over heeft. Ook Hermans (1985) heeft de indruk dat de Marokkaanse migranten die hij in België meemaakt, zowel refereren aan de wil van Allah om hun eigen initiatief te legitimeren als om hun eigen verantwoordelijkheid te minimaliseren.

In het onderzoek van Deug (1989) komt een paar keer religieuze zingeving voor. Zo legitimeert een Marokkaanse man zijn gedrag naar zijn vrouw vanuit de islam. En één Marokkaanse vrouw verwijst naar de islam als zij een conflict heeft met haar echtgenoot. Zij vindt dat zij als vrouw ook rechten heeft, omdat voor God man en vrouw gelijkwaardig zijn. Dat er niet meer religieuze copingstrategieën worden genoemd kan zijn omdat deze Marokkaanse vrouwen de onderzoekster daar niet over hebben geïnformeerd, of dat deze vrouwen er geen gebruik van hebben gemaakt omdat zij nu een beroep kunnen doen op andere middelen om invloed uit te oefenen.

5.4.1.6. *Samenvatting*

De maatschappelijke positie van de migranten uit Marokko binnen de Nederlandse samenleving wordt in deze periode nog voor een groot deel bepaald door de ongeschoolde arbeid die zij verrichten in de industrie en dienstensector. Onder jongeren neemt het onderwijsniveau toe, maar er zijn veel jongeren die zonder diploma hun opleiding verlaten. De werkloosheid onder jongeren is groot. In vergelijking met andere migrantengroeperingen nemen relatief veel meisjes en vrouwen van Marokkaanse afkomst niet deel aan het arbeidsproces, zij zijn gericht op zorgtaken binnenshuis.

De religiositeit die door onderzoekers wordt waargenomen onder de Marokkaanse migranten en hun gezinsleden, is in deze periode nog voor een groot deel gebaseerd op de religieuze tradities uit het herkomstland, hun geloof is te kenschetsen als een vorm van volksislam.

De problemen uit deze periode zijn: financiële problemen door de zorgplicht voor de familie in het herkomstland; huwelijksproblemen en gezinsconflicten; sociale controle en wantrouwen binnen de eigen Marokkaanse gemeenschap. Er is bij vrouwen sprake van heimwee, isolement, depressie, boosheid en frustratie vanwege het onrechtvaardige optreden van hun echtgenoot. In deze periode wordt ook geconstateerd dat er opvoedkundige problemen ontstaan met jongens van Marokkaanse afkomst. En worden door Nederlandse hulpverleners steeds meer problemen en misverstanden gemeld in hun contact met nieuwkomers uit Marokko.

In deze periode lijken de copingstrategieën van de eerste generatie migranten uit Marokko op de strategieën die door onderzoekers in het gebied van

herkomst zijn waargenomen. Vooral in gezinnen waar ongelijke machtsrelaties domineren, zijn gezinsleden die over minder formeel gezag beschikken, terughoudend om openlijk voor hun belangen op te komen. Zo brengt men elkaar niet in verlegenheid. Daarbij worden er allerlei vermijdingstrategieën ingezet. Men vermijdt het bespreken van problemen en gaat pijnlijke onderwerpen uit de weg. Men blijft in het vage, of schrijft de oorzaken van problemen aan externe factoren toe. Men beïnvloedt anderen door het achterhouden van informatie, het vertellen van smoesjes, of door het vormen van coalities. Problemen houdt men liever voor zich, vooral bij vreemden. En als men steun bij anderen zoekt, gaat men vervolgens niet snel de confrontatie met de persoon in kwestie aan. Maar er zijn ook veranderingen in copingstrategieën zichtbaar, die verbandhouden met de Nederlandse context en mogelijkheden. Sommige vrouwen dreigen bij problemen om weg te lopen, zij protesteren, huilen, zoeken steun bij burens en doen een beroep op hulpverleners. Een aantal vrouwen van Marokkaanse herkomst onttrekt zich vervolgens aan het gezag van hun echtgenoot of vader door gebruik te maken van opvangvoorzieningen voor vrouwen.

Op religieus gebied gebruiken sommige mannen religieuze argumenten om hun traditionele gezagspositie naar vrouwen toe te handhaven en te legitimeren. Er komen in de literatuur nog weinig voorbeelden naar voren waaruit op te maken is welke vormen van religieuze coping vrouwen gebruiken.

5.4.2. De tweede fase: problemen met integratie (1990 tot 2000)

In de periode tussen 1990 en 2000 schrijven Nederlandse onderzoekers regelmatig over de problemen van Marokkaanse migranten en hun kinderen. In deze periode worden de problemen bij het integratieproces van deze groep migranten uit Marokko door de overheid erkend en streeft men naar oplossingen. Door middel van onderzoek wil men beleid ontwikkelen dat gericht is op een betere integratie van deze migrantenfamilies binnen de Nederlandse samenleving. Men wil de hulpverleningsmethodieken voor deze groep verbeteren. Binnen de vrouwenhulpverlening komen de problemen van migrantenvrouwen van Marokkaanse afkomst scherper in beeld. Er worden onderzoeken gepubliceerd over Marokkaanse migranten op het gebied van onderwijs en arbeidsmarktparticipatie (Veenman & Roelandt 1994), gezinsrelaties (Pels 1991; 2000), opvoeding (Van der Hoek & Kret 1992); jongerencultuur (Buijs 1993); seksualiteit (Van Gelder & Lamur 1993); interetnische vriendschappen (Saharso 1992); psychiatrische problematiek (Sterman 1996); weglloopgedrag bij meisjes (Brouwer, Lalmahomed & Josias 1992; Brouwer 1997); de ontsparing van Marokkaanse jongens (Buijs 1993; Van der Valk &

Blaaubeen 1994; Van Gemert 1998) en de problematiek van alleenstaande of mishandelde moeders (Eldering & Borm 1994).

5.4.2.1. *De maatschappelijke positie*

In 1990 wonen er 169.000 Marokkaanse personen in Nederland (CBS, maandstatistiek van de Bevolking, 3/91, geciteerd bij Martens et al. 1994: 53). In 2000 gaat het om 262.221³¹ personen.

Indicatief voor de maatschappelijke positie van deze Nederlanders van Marokkaanse afkomst is hun positie op de arbeidsmarkt. In 1991 verricht 67% van de groep Marokkaanse werkenden in Nederland zeer eenvoudig tot eenvoudig werk en slechts 4% zeer ingewikkeld of wetenschappelijk werk (Veenman 1994: 29). Maar in de periode 1996-2000 is volgens het onderzoek van Dagevos (2005) de sociaaleconomische positie van Marokkaanse Nederlanders verbeterd. Er is sprake van een daling van de werkeloosheid onder deze groep en er zijn er meer personen met een beter betaalde, hoger geschoolde baan (Dagevos 2005: 140). Het aandeel van het aantal huishoudens van Marokkaanse afkomst met een laag inkomen is afgenomen van 49% in 1996 naar 38% in 2000. (Ter vergelijking: voor de groep autochtone Nederlanders was deze daling respectievelijk 14% en 11%.) Dagevos (2005) brengt deze verbetering in de sociaaleconomische positie in verband met de gunstige economische ontwikkeling, het hogere opleidingsniveau en de betere beheersing van de Nederlandse taal door de tweede generatie.

De positie van de Marokkaanse vrouwen in de leeftijdsgroep van 15-65 jaar wijkt af van die van andere groepen binnen de Nederlandse samenleving. In het jaar 1991 verricht 93% van de Marokkaanse vrouwen in deze leeftijdsgroep van 15-65 jaar geen betaalde arbeid (Veenman 1994: 25). Het werkeloosheidspercentage onder vrouwen van Marokkaanse afkomst is zelfs met 52% het hoogst van alle allochtone groepen (Veenman 1994: 23). In vergelijking met die van hun autochtone leeftijdsgenoten is het opleidingsniveau van de groep Marokkaanse jongeren in deze periode laag. In 1991 is volgens Veenman (1994: 38) het aandeel van personen van Marokkaanse afkomst met een hbo/wo-opleidingsniveau slechts 2%. Voor de autochtone Nederlanders was dit percentage 20%. En meer dan de helft van de jongeren van Marokkaanse afkomst verlaat volgens Veenman (1994: 37) zonder hun diploma het lager beroepsonderwijs of de mavo.

Maar de onderzoekers Van der Hoek & Kret (1992) constateren dat er binnen de Marokkaanse gemeenschap veranderingen in opvattingen over de positie van vrouwen optreden. Ook verandert de wijze van opvoeding. Op initiatief van de

³¹ Centraal Bureau voor de statistiek (2010). Jaarrapportage Integratienota 2010. Omslag Den Haag/ Heerlen.

overheid onderzoeken zij de houding van Marokkaanse ouders in Rotterdam ten opzichte van de beroepsarbeid en het volgen van een opleiding voor hun dochters. De onderzoeksters maken een onderscheid tussen Marokkaanse meisjes uit een ambitieus, assertief, ambivalent en afhoudend gezinstype.

In het ambitieuze gezinstype benadrukken de ouders zelf dat studeren belangrijk is en geven zij uitleg over islamitische geboden en verboden. Bij het tweede gezinstype dat de onderzoekers het assertieve noemen, geven de ouders toestemming om te leren als hun dochter dit zelf naar voren brengt. Deze ouders leggen niet veel uit, maar geven hun dochter de ruimte, als zij zelf assertief genoeg is, om door "trial en error" haar grenzen te verleggen. Bij het derde, het ambivalente type gezin, moedigen de ouders hun dochters soms wel en soms niet aan om een opleiding te volgen. Deze ouders hechten minder waarde aan een opleiding, voor hen is het huwelijk het allerbelangrijkste levensdoel voor hun dochter en wel het liefst op twintigjarige leeftijd. Bij het vierde type, het afhoudende gezin hebben de ouders geen belangstelling voor een vervolgopleiding van hun dochters, hun ideaal voor hun dochter is de traditionele vrouwenrol zoals hun moeder dit vormgeeft.

Ook blijkt in deze periode uit het onderzoek van Eldering & Borm (1994) onder alleenstaande Marokkaanse moeders in Leiden, dat het aantal echtscheidingen toeneemt en dat meer vrouwen van Marokkaanse afkomst hun kinderen alleen opvoeden.

Dit betekent dus dat de diversiteit binnen de Marokkaanse gemeenschap in deze periode toeneemt. Er zijn gezinnen die goed integreren in de Nederlandse samenleving, terwijl er binnen andere families veel problemen zijn en er eerder sprake is van marginalisatie. Vrijwel iedereen binnen de Marokkaanse gemeenschap kent wel iemand die problemen heeft. Er zijn verhalen bekend van zoons die verslaafd zijn geraakt of die op het criminele pad terecht zijn gekomen, van dochters die zijn gescheiden, of ongehuwd zijn gebleven, die met partners van een andere afkomst zijn getrouwd, of die zijn weggelopen. Daarnaast zijn er ook huwelijken ontbonden en zijn er vervolgens weer nieuwe gezinnen ontstaan. Deze huwelijksproblemen maken duidelijk dat veel jonge vrouwen niet meer accepteren dat zij overheerst worden door een autoritaire echtgenoot. Sommige vrouwen komen er tijdens hun huwelijk pas achter dat hun echtgenoot banden met een criminele straatcultuur onderhoudt.

Maar hoewel de maatschappelijke positie van de migranten en hun kinderen uit Marokko in deze tweede adaptatiefase van 1990-2000 verbetert, domineert volgens Obdeijn & Schrover (2008) in het publieke debat juist de problematische kant van deze immigratie uit Marokko. Volgens Obdeijn & Schrover (2008) brengt de politicus Bolkestein voor het eerst in een artikel uit 1991 de problemen van deze migrantenfamilies in verband met de islam. In dit artikel vraagt

deze politicus zich af of: “bepaalde islamitische waarden en normen wel strookten met de democratische beginselen van de Nederlandse rechtsstaat” (Obdeijn & Schrover 2008: 303). Dit artikel geeft de aanzet voor een verscherping van de tegenstellingen tussen moslims en niet-moslims binnen de Nederlandse samenleving. Volgens Obdeijn & Schrover (2008) worden door deze benadering de migranten van Marokkaanse afkomst nu opeens vooral als islamitisch gezien. De Marokkaanse gemeenschap heeft hier in deze periode nog geen goed weerwoord op, omdat er volgens Obdeijn & Schrover (2008: 304) nog weinig sprake is van sociale cohesie. Het ontbreekt hen ook aan voldoende intellectueel kader om aan het publieke debat over de islam deel te nemen.

De maatschappelijke acceptatie binnen Nederland van de groep Marokkaanse migranten en hun nakomelingen neemt aan het eind van deze periode steeds meer af. Phalet & Ter Wal (2004) constateren in hun onderzoek in 1998 onder 2007 autochtone Nederlanders (Ercomer Survey Nederland 1998, aangehaald door Phalet & Ter Wal 2004: 14) dat de tolerantie naar de groep Marokkaanse Nederlanders is verminderd vooral onder de laagst opgeleide Nederlanders. Van de groep autochtone Nederlanders is 89.9% het eens met de stelling dat islamitische mannen hun vrouwen overheersen en 75.9% dat moslims in Nederland hun kinderen op een autoritaire wijze opvoeden.

5.4.2.2. Kenmerken van religiositeit

Wat is er kenmerkend voor de religiositeit van deze migranten in deze periode? Shadid & Van Koningsveld (1990: 50) constateren in 1990 verschillen in religieuze beleving en orthodoxie onder Marokkaanse migranten. Een groep heeft een meer traditioneel bevindelijke interpretatie van de islam. Bij de deze groep gaat het om een vorm van traditioneel geloof waarbij heiligenverering, magie, mystiek en intuïtie centraal staan. Vooral de traditioneel ingestelde, ongeschoolde gelovige moslims van de eerste generatie zijn geneigd om alles wat hen overkomt als de wil van Allah te beschouwen. Een andere groep heeft een meer modernistische interpretatie van de islam. Deze gelovigen wijzen deze mystieke vormen juist af omdat zij deze als niet islamitisch beschouwen. In hun opvatting heeft God de mens immers een vrije wil gegeven en is de mens dus zelf verantwoordelijk voor zijn eigen daden. Daarnaast treffen Shadid & Van Koningsveld (1990) ook een vrijzinnige vorm van geloofsbeleving aan, waarbij het gaat om vrijere interpretaties van islamitische geloofsvoorschriften.

Ook Phalet & Ter Wal (2004) zijn van mening dat de eerste generatie Marokkaanse mannen sterk religieus georiënteerd is. Zij baseren dit op de studie van Kemper (1996) waarin de islambeleving van de Marokkaanse mannen van de eerste generatie volgens de religieuze dimensies van Glock & Stark (1968) onderzocht is.

De cultureel antropologe Bartelink (1994) heeft in 1994 onderzoek verricht naar de religiositeit van eerste generatie vrouwen van Marokkaanse herkomst in de provincie Brabant. Omdat haar onderzoek uniek materiaal uit deze periode bevat over de religiositeit van de eerste generatie vrouwen van Marokkaanse afkomst, brengen wij haar inzichten uitgebreider naar voren. In haar onderzoek maakt Bartelink (1994) in navolging van Waardenburg (1986) een onderscheid tussen vrouwen met een behoudende, een schriftuurlijke en een liberale geloofsstijl. Volgens Bartelink (1994) verschilt haar indeling met die van Waardenburg (1986), omdat het in haar onderzoek gaat om islamitische vrouwen en bij Waardenburg (1986) om mannen. De vrouwen uit het onderzoek van Bartelink (1994) beschikken over veel minder religieuze kennis dan de islamitische mannen uit het onderzoek van Waardenburg (1986). Wij zullen haar indeling nader toelichten.

De behoudende moslima's

Bartelink (1994) is van mening dat de Marokkaanse moslima's die zij regelmatig tijdens activiteiten ontmoet vooral tot de behoudende groep behoren. Het leven van deze generatie vrouwen staat geheel in dienst van anderen. Deze islamitische vrouwen met een behoudende religieuze stijl zijn overwegend ongeschoold, moeder en van Marokkaans, Riffijnse plattelandsachtergrond. Zij praktiseren een met tradities verweven vorm van volksislam. Deze op religieus gebied behoudende vrouwen voegen zich naar traditionele rolopvattingen. Zij leven in Nederland op een manier zoals zij dat gewend zijn geweest op het platteland in Marokko. Zo komen zij in hun dagelijks leven nauwelijks in contact met Nederlanders of met andere Marokkaanse families (Bartelink 1994: 57). Op religieus gebied zijn zij vrijwel geheel aangewezen op de kennis van hun echtgenoot.

Volgens Bartelink (1994) beschikken de vrouwen die als kind naar Nederland zijn gekomen en de geschoolde vrouwen uit het Marokkaanse stedelijk milieu over meer religieuze kennis dan deze behoudende moslima's. Onder deze laatste groep vrouwen onderscheidt Bartelink (1994) schriftuurlijke en liberale moslima's.

De schriftuurlijke moslima's

De schriftuurlijke moslima's (Bartelink 1994) richten zich op het verwerven van religieuze kennis. Deze vaak jonge en hoogopgeleide vrouwen bestuderen de koran en *hadith* zelf en deze kennis klinkt door in hun religieuze opvattingen. Soms volgen zij cursussen in de moskee. Zij geven aan dat zij de zuivere islam willen praktiseren en bekritisieren de vrouwonvriendelijke opvattingen van veel Marokkaanse mannen die zij als cultureel bepaald en als niet islamitisch beschouwen. Zij voelen zich verbonden met de *umma*, de gehele islamitische gemeenschap.

De liberale moslima's

De moslima's met een liberale geloofsstijl beleven hun geloof meer op een vrijblijvende manier. Zij passen de islam aan naar wat hun het beste uitkomt. Sommige van deze liberaal ingestelde moslima's zijn geschoold en werken buitenshuis. Bij hen tekent Bartelink (1994) kritische geluiden op over de islamopvattingen van sommige geloofsgenoten, zoals bekeerde moslima's. Zij vinden hen veel te streng in het geloof. Ook protesteren zij tegen mannen die de islam gebruiken om vrouwen te onderdrukken. Deze liberaal ingestelde moslima's vinden dat vrouwen zelf de koran moeten bestuderen en onjuiste religieuze argumenten moeten weerleggen.

Het onderzoek van Bartelink (1994) geeft ons minder inzicht in de religieuze beleving en persoonlijke relatie met God van haar respondenten. Zij verheldert in haar onderzoek vooral hun religieuze opvattingen en visies. Voor de vrouwen uit haar onderzoek is een moslima een vrouw die bidt, vast en een hoofddoek draagt. Centraal in hun geloofsbeleving staat het ontwikkelen van "*sabr*", dit wil zeggen zelfdiscipline, geduld, vasthoudendheid, berusting en volharding in het geloof (Bartelink 1994: 35). Het belangrijkste levensdoel van de eerste generatie Marokkaanse moslimvrouwen is het zorgen voor hun gezin. Zij willen God dienen door altijd klaar staan voor anderen, een goede moeder en echtgenote zijn, die zorgzaam, zachtaardig, vriendelijk, geduldig en vroom is. Volgens Bartelink (1994) praktiseren alle vrouwen hun geloof vooral thuis, zij zijn immers als vrouw niet zoals mannen verplicht om aan het vrijdaggebed in de moskee deel te nemen. Sommige vrouwen voelen zich schuldig naar God omdat zij in Nederland geen hoofddoek dragen.

Volgens Bartelink (1994) gebruiken de vrouwen uit haar onderzoek het concept *hsjoema* op een andere manier dan in Marokko: deze in Nederland woonachtige moslima's verbinden dit begrip expliciet met de islam. Vrouwen, vooral ongetrouwde vrouwen, moeten zich naar mannen kuis opstellen. Het gaat daarbij om schaamte, of *hsjoema*. Bartelink (1994) maakt een onderscheid tussen een sociale duiding van dit begrip en een religieuze. In het eerste geval verwijst *hsjoema* naar geboden en verboden ten aanzien van het gedrag naar mannen, zoals maagdelijkheid voor het huwelijk, het dragen van kuis kleding, geen contact met jongens enzovoorts. Op religieus gebied betekent *hsjoema* volgens Bartelink (1994: 90, 91) vooral het streven om een goede moslima te zijn door zich te onderwerpen aan Gods voorschriften. Het gaat daarbij om het tevreden houden van God door religieuze plichten na te leven, goed gedrag te vertonen, sociaal en vrijgevig te zijn en een voorbeeld te zijn voor anderen. Ook latere onderzoekers beschrijven de vrouwen van de eerste generatie uit deze periode als religieus georiënteerd, zonder dat dit bij deze generatie gepaard gaat met veel kennis over de islam.

5.4.2.3. *Kenmerken van problemen*

In deze periode signaleren verschillende onderzoekers (Bartelink 1994; De Koning 2008) de toename van discriminatie van Marokkanen door Nederlanders onder invloed van de negatieve berichtgeving in de Nederlandse media over de islam, naar aanleiding van de islamitische revolutie in Iran (1979), de Rusdie-affaire (1989) en de Tweede Golfoorlog (1990-1991). Ook worden gezinsproblemen binnen de Marokkaanse gemeenschap in Nederland genoemd.

Discriminatie ervaringen

Ook de islamitische vrouwen van Marokkaanse afkomst uit het onderzoek van Bartelink (1994) geven aan dat zij zich als moslim in Nederland bedreigd voelen na de islamitische revolutie in Iran, de Rusdie-affaire en de reacties in Nederland op de Tweede Golfoorlog, waarin moslims als: “irrationeel, gewelddadig, gevaarlijk, fanatiek en onaangepast” (Bartelink 1994: 42) worden voorgesteld. Onder invloed van deze negatieve beeldvorming over de islam vermijden deze vrouwen om op straat als moslims op te vallen, zij durven daarom geen hoofddoek te dragen. Zij maken zich zorgen om de sfeer van wantrouwen, intimidatie en vijandigheid in de Nederlandse samenleving. Zij voelen zich gediscrimineerd. Sommige jonge vrouwen vinden het irritant dat zij steeds verantwoording over de islam moeten afleggen. Anderen worden door Nederlanders op straat voor “Turk” uitgescholden. Volgens Bartelink (1994) sluiten deze moslima's zich door deze discriminatiedreiging steeds meer af van de Nederlandse samenleving.

Problemen door delinquent gedrag van Marokkaanse jongens

Er wordt in deze periode veel onderzoek verricht naar de achtergronden van de ontsparing van bepaalde jongens met een Marokkaanse achtergrond (Buijs 1993; Van der Valk & Blaaubeen 1994). Sommige jongens hangen in groepen op straat, raken verslaafd aan drugs, of zijn betrokken bij criminele activiteiten, zoals drugshandel, prostitutie, diefstal, geweldsincidenten en inbraken. Over hun ouders wordt gezegd dat zij hen niet in het gareel weten te houden of hen tot de orde roepen. Vanwege de maatschappelijke angst voor aids wordt ook het seksuele gedrag van deze migrantenjongens bestudeerd (Van Gelder & Lamur 1993).

Problemen tussen Marokkaanse ouders en hun dochters

Ook onder de groep meisjes met een Marokkaanse achtergrond worden er door hulpverleners problemen gemeld. Diverse onderzoekers (Terpstra, 1987; Tennekes 1990; Lutz, 1991; Brouwer et al. 1992; 1997) beschrijven de spanningen tussen ouders en dochters bij de eerste en tweede generatie migrantengezinnen uit Marokko. Zo constateert Buitelaar (2002) dat veel ouders van Marokkaanse afkomst er in

Nederland conservatievere waarden en normen op na houden dan de ouders die zij in Marokko heeft gesproken.

Uit het onderzoek van Eldering & Borm (1994) blijkt dat in deze periode steeds meer vrouwen en meisjes van Marokkaanse afkomst de weg naar de Nederlandse hulpverlening weten te vinden. Zij zoeken professionele steun en maken gebruik van allerlei voorzieningen, zoals Blijf van mijn Lijf huizen, opvang voor allochtone vrouwen, jeugdhulpverlening en psychiatrische voorzieningen. Ook de Raad voor de Kinderbescherming, het schoolmaatschappelijke werk, de gezinsvoogdij en de politie ondersteunen meisjes en vrouwen van Marokkaanse afkomst.

Inzichtgevend ten aanzien van stressfactoren en copingstrategieën onder jonge vrouwen van Marokkaanse afkomst is het kwalitatieve onderzoek van Brouwer et al. (1992) onder 28 Marokkaanse meisjes die van huis zijn weggelopen. Het onderzoek van Brouwer et al. (1992) is gedetailleerd en verheldert hoe deze geïnterviewde meisjes hun problemen verwoorden. Daardoor ontstaat ook een tijdsbeeld van wat deze vrouwen van de tweede generatie van Marokkaanse afkomst belangrijk vinden en hoe hun leven er uitziet. Sommige meisjes verrichten al op jonge leeftijd zorgtaken omdat hun eigen moeders ziek zijn. Ook komt het voor dat dochters voor hun overwegend analfabete moeders tolken bij artsen en andere Nederlandse instanties. Deze jonge vrouwen ervaren stress door conflicten over huishoudelijke taken, strenge huisregels of de onderlinge conflicten binnen het gezin. Zij willen echter net als meisjes van Nederlandse afkomst meer vrijheden.

5.4.2.4. Kenmerken van copingstrategieën

Hoe gaan de vrouwen van Marokkaanse afkomst in deze periode met dergelijke spanningen om?

Sociale vergelijking

Een meisje uit het onderzoek van Brouwer et al. (1992) vergelijkt haar thuissituatie met die van haar vriendinnen. Zij komt daarbij tot de conclusie dat haar eigen situatie volgens Nederlandse normen niet normaal is.

Conflictvermijding

Volgens Brouwer et al. (1992) gebruiken de meisjes uit autoritaire gezinnen van Marokkaanse afkomst vooral vermijdingstrategieën om meer bewegingsvrijheid te verkrijgen. Zij zijn van mening dat er binnen hun gezin geen ruimte is om over hun wensen in gesprek te gaan. Dergelijke conflict vermijdende strategieën worden ook door Buitelaar (2002) genoemd. De meisjes van Marokkaanse afkomst uit haar onderzoek willen geen "slappende honden wakker maken". En omdat zij hun ouders

altijd moeten respecteren, durven zij hen ook niet tegen te spreken, want weerwoord wordt volgens de Marokkaanse omgangscodes immers niet geduld. Volgens Buitelaar (2002) maakt conflict vermijgend gedrag onderdeel uit van de wijze waarop ouders en dochters over het toestaan van vrijheden onderhandelen. De ouders die hun dochters buitenshuis vertrouwen, vermijden conflicten over mogelijke verboden door er gewoon geen aandacht aan te besteden. Op deze wijze worden onderlinge respectcodes gehandhaafd en geven deze ouders hun dochters de ruimte om toch hun gang te gaan.

Smeken, verbergen en het leiden van een dubbelleven

Eén van deze wegloopsters uit het onderzoek van Brouwer et al. (1992) gebruikt om verboden activiteiten buitenshuis te kunnen ondernemen naar haar ouders copingstrategieën zoals confrontatievermijding, smeken, smoesjes verzinnen, schermen met het belang van haar opleiding enzovoorts. Zij inschakelt ook haar vriendinnen of haar zus in om haar activiteiten buitenshuis te verbergen. Opvallend aan het verhaal van deze respondente is dat zij haar wensen nooit openlijk met haar ouders bespreekt, maar dat zij steeds anticipeert op hun reacties. Haar zus adviseert haar om een dubbelleven te leiden en zich naar haar ouders voor te doen als moslima.

Uit huis door te trouwen of weg te lopen

De zus van deze respondente ziet ook een huwelijk met een moderne man die je vrijlaat als een escape route. Maar als de huwelijkskeuze van deze respondente door haar ouders afgewezen wordt, omdat zij hun dochter aan een neef in Marokko hebben beloofd, besluit deze jonge vrouw om als laatste redmiddel maar van huis weg te lopen.

Afzetten tegen/wraak nemen

Eén respondente uit het onderzoek van Brouwer et al. (1992) ziet haar weglooptgedrag als een wraakactie naar haar ouders omdat zij haar zeven maanden lang huisarrest hebben gegeven. Door weg te lopen pakt zij haar ouders terug voor deze straf.

Relativeren en begrip opbrengen voor het standpunt van de ouders

Maar dezelfde respondente kan later ook begrip voor het standpunt van haar ouders opbrengen (Brouwer et al. 1992). Zij geeft aan dat zij achteraf veel spijt heeft over wat zij haar ouders heeft aangedaan. Zij beseft dat zij door voor zichzelf op te komen haar ouders in de steek heeft gelaten. Dit begrip opbrengen voor het gedrag van de eigen ouders komt ook in het verhaal van een andere respondente voor. Dit meisje

relatieveert het strenge optreden van haar vader vanuit zijn angst dat zijn dochter slecht gedrag van Nederlandse kinderen gaat overnemen. Sommige meisjes uit het onderzoek van Brouwer et al. (1992) zien af van verboden gedrag, omdat zij hun opleiding niet op het spel willen zetten. Het is voor hen te spanningsvol om verboden gedrag te verbergen of om het vertrouwen van hun ouders te beschamen. Het heimelijke gedrag geeft deze jonge vrouwen ook veel stress omdat zij bang zijn om verraden of ontdekt te worden, of omdat zij zich bijvoorbeeld schuldig voelen naar hun moeder.

Professionele ondersteuning zoeken

Uit het onderzoek van Brouwer et al. (1992) blijkt dat steeds meer Marokkaanse vrouwen en meisjes een beroep doen op professionele steun om met conflicten en spanningen binnen hun gezin om te gaan. Eldering & Borm (1994) verwijzen naar de constatering van Sijes & Beckers (1990, In: Eldering & Borm 1994) dat in 1989 vooral Marokkaanse vrouwen gebruik maken van de opvangvoorzieningen voor allochtone vrouwen.

5.4.2.5. Religieuze copingstrategieën

Van welke religieuze copingstrategieën maken vrouwen van Marokkaanse afkomst in deze periode gebruik?

Magie en bezetenheid

Er komt uit de literatuur geen duidelijk beeld naar voren van de religieuze coping van deze migranten en hun kinderen. Hoewel verondersteld kan worden dat zij allemaal in Allah geloven, noemen onderzoekers vooral magie en bezetenheid als zij aangeven hoe deze groep stress en tegenslag hanteert (Shadid & Van Koningsveld 1983). Vooral de meer traditionele, magische praktijken worden door de eerste generatie gebruikt om stress te verminderen (Van der Meer 1984; Shadid & Van Koningsveld 1983; Hoffer 1996; Sterman 1996). Ook de psychiater Sterman (1996) behandelt in zijn boek casuïstiek waarin migrantenmeisjes hun stress over seksueel misbruik of geweld uitten in psychiatrische problemen en bezetenheid. Maar er zijn ook onderzoekers die vaststellen dat door de migratie naar Europa volksislamitische verklaringen en genezingspraktijken aan belang afnemen, ook in Marokko zelf (Hoffer 1996). Men gebruikt steeds meer medische verklaringen.

Het benadrukken van de islamitische identiteit

Bartelink (1994) merkt dat de vrouwen uit haar onderzoek zich in Nederland meer bewust zijn geworden van hun islamitische identiteit dan in Marokko het geval is. De geloofsbeleving van deze vrouwen is na de migratie naar Nederland steeds meer

een privéaangelegenheid geworden die zich binnenshuis afspeelt. Bartelink (1994) brengt dit in verband met discriminatie.

Religieuze legitimering van de rechten van vrouwen

Om hun dochters en zoons in het gareel te houden, gebruiken Marokkaanse ouders volgens Brouwer et al. (1992), religieuze argumenten. Hun dochters doen dit soms ook. Sommigen jonge vrouwen doen zich als moslima voor om hun ouders te bewegen om hen meer vrijheden toe te staan.

Geen inschakeling van de imam

Het is onder Marokkaanse vrouwen in deze periode niet gebruikelijk om steun bij een religieuze deskundige te zoeken. De vrouwen uit het onderzoek van Bartelink (1994) zijn van mening dat een imam te weinig kennis heeft over het leven en de problemen in Nederland, of menen dat zijn opvattingen te streng zijn.

5.4.2.6. Samenvatting

De maatschappelijke positie van migrantenfamilies van Marokkaanse afkomst verbetert in deze periode doordat het opleidingsniveau toeneemt en er meer differentiatie optreedt in het type banen. Toch is het inkomensniveau van veel families nog laag.

De religiositeit van de eerste generatie migranten uit Marokko kenmerkt zich door diversiteit, er is zowel sprake van vroomheid en devotie als van liberale opvattingen en het niet zo nauw nemen met religieuze voorschriften. De vrouwen van Marokkaanse afkomst hebben over het algemeen niet veel religieuze kennis, vooral de vrouwen die afkomstig zijn van het Riffijnse platteland zijn op religieus gebied afhankelijk van hun echtgenoot en andere familieleden. Wel houden deze vrouwen zich aan de voedselvoorschriften, het vasten tijdens de Ramadan, het geven van aalmoezen, het verrichten van goede daden en als zij dit hebben geleerd, dan bidden zij ook de *salaat*. Bartelink (1994) onderscheidt vrouwen met een behoudende, een schriftuurlijke en een liberale geloofsstijl.

De problemen die in deze periode naar voren treden zijn de angst onder islamitische vrouwen met een Marokkaanse achtergrond voor afwijzing en discriminatie door Nederlanders vanwege incidenten elders in de wereld waardoor de negatieve beeldvorming over de islam in Nederland toeneemt. Sommige vrouwen moeten zich steeds verantwoorden voor de islam of worden op straat uitgescholden. Er wordt gepubliceerd over de problemen met jongens van Marokkaanse afkomst en de toenemende intergenerationele spanningen binnen Marokkaanse families. De problemen met jongens met een Marokkaanse achtergrond verschillen sterk van die van meisjes en vrouwen. Bij jongens gaat het

vooral om hun gedrag op straat en de toename van delinquentie, terwijl de problemen van meisjes en vrouwen vooral te maken hebben met spanningen in huiselijke kring over het eervolle gedrag van vrouwen. Sommige meisjes lopen van huis weg omdat zij beknot worden in hun vrijheid door de strenge opvattingen en huisregels van hun ouders.

De copingstrategieën die in deze periode naar voren komen uit diverse publicaties zijn: conflictvermijding; het externaliseren van problemen en het gebruik maken van allerlei andere strategieën, zoals onderhandelen, argumenteren, huilen en verzetstrategieën zoals protesteren, dreigen met weglopen en dit ook uiteindelijk doen. Ook doen vrouwen steeds meer een beroep op hulpverleningsinstellingen.

Deze copingstrategieën zijn dus naast de strategieën die al in een eerdere periode werden gebruikt door Marokkaanse vrouwen, zoals confrontatievermijdende strategieën, nu ook het weglopen. Daarbij vergelijken zij zich met leeftijdsgenoten van een andere achtergrond en geven zij argumenten waarom zij het gezag van hun ouders niet meer hoeven te accepteren. Maar hoewel zij protesteren tegen dit ouderlijke gezag, voelen zij zich soms ook schuldig als zij beseffen dat hun ouders zo streng zijn omdat zij hen willen beschermen.

De religieuze copingstrategieën die in deze periode genoemd worden zijn, naast magie en bezetenheid, nu ook het benadrukken van de islamitische identiteit als reactie op discriminatie, het gebruik maken van argumenten die gebaseerd zijn op de islam en de islamitische rechten voor de vrouw. Ook gebruiken sommige jongere vrouwen de islam om onder de regels van ouders uit te komen en hun eigen gang te gaan.

Kortom de mogelijkheden van jonge vrouwen van Marokkaanse afkomst om zich aan het ouderlijk gezag te onttrekken, zijn in deze periode veel groter geworden. Zij profiteren van hun ervaringen in de Nederlandse samenleving en de onbekendheid van hun ouders met de buitenwereld.

5.4.3. De derde fase: problemen met acceptatie (2000-2012)

De derde fase in het adaptatieproces van de migranten van Marokkaanse afkomst in de periode 2000-2012, kenmerkt zich door diversiteit binnen de Marokkaanse gemeenschap en een politiek klimaat van polarisatie ten aanzien van de islam en migrantenfamilies van Marokkaanse afkomst. Vanaf 2001 verandert het Nederlandse politieke debat over integratie, migratie, criminaliteit onder Marokkaanse jongens en neemt de kritiek op de islam toe. Onder invloed van de terroristische aanslagen door moslimextremisten in Amerika en West-Europa en de moord op Theo van Gogh in 2004 door een moslim van Marokkaanse afkomst in

Amsterdam, gaan onderzoekers en beleidsmakers zich meer richten op de religieuze beleving van Marokkaanse jongeren in Nederland. Zij onderzoeken in hoeverre deze jongeren gevoelig zijn voor radicalisering en terrorisme, zoals Buijs, Demant, & Hamdy (2006); De Koning (2008); Van Gemert (2006); Roex, Van Stiphout & Tillie (2010). Daarnaast publiceren een paar hoogopgeleide vrouwen van Marokkaanse afkomst hun eigen visie over de problemen en taboes binnen de eigen Marokkaanse gemeenschap. Zij geven daarbij adviezen hoe jongeren met dergelijke problemen kunnen omgaan (Choho 2006; Bouali 2006; Benkaddour 2010).

5.4.3.1. *De maatschappelijke positie*

Er wonen in 2000 volgens de telling van het CBS op 1 januari (CBS Integratienota 2012: 34³²) 262.221 Marokkanen in Nederland, waarvan er 109.681 behoren tot de tweede generatie. In 2010 gaat het om 349.005 personen in totaal. De tweede generatie bestaat uit 181.700 personen. De helft hiervan is vrouw. Er zijn nog niet zoveel personen van Marokkaanse afkomst die volgens het CBS tot de derde generatie gerekend kunnen worden, dit betekent namelijk dat hun beide ouders in Nederland³³ moeten zijn geboren. De groep van Marokkaanse herkomst die aan dit criterium voldoet, bestaat volgens het CBS in 2009 slechts uit ongeveer 4.700 personen.

Vanaf 2000 worden belangrijke veranderingen zichtbaar in de sociaaleconomische positie van de tweede en derde generatie arbeidsmigranten afkomstig uit Marokko (Groenewold 2008). Er is in deze periode sprake van een opvallende inhaalslag ten aanzien van het onderwijsniveau van de groep Marokkaanse jongeren. Dit wijst op succesvolle integratie (Crul 2003; Entzinger 2009). In de media wordt echter steeds openlijker gesproken over de hardnekkige problemen van bepaalde Marokkaanse jongens³⁴ en het onvermogen van hun ouders en de maatschappij om hen in het gareel te houden. Omlo (2011) wijst dan ook op de paradox, waarin jongeren van Marokkaanse afkomst (zie ook Entzinger 2009) zich bevinden: nu zij op basis van feiten geïntegreerd genoemd kunnen worden, zijn zij uit de gratie.

In deze periode zijn de verschillen tussen de eerste en tweede generatie vrouwen van Marokkaanse afkomst toegenomen (Farouki, Van der Werf, & Swildens 2007). Het opleidingsniveau onder jongeren van Marokkaanse afkomst is

³² CBS. Integratienota 2010. Geraadpleegd op 30-1-2011.

³³ Centraal Bureau voor de statistiek (2010). Jaarrapportage Integratienota 2010. Omslag Den Haag/ Heerlen.

³⁴ Zie ook het onderzoek van: Jong, J.D. De (2007). *Kapot moeilijk; Een etnografisch onderzoek naar opvallend delinquent groepsgedrag van 'Marokkaanse' jongens*. Groningen: Rijksuniversiteit Groningen en: Werdmölder, H. (2005). *Marokkaanse lieverdjes; crimineel en hinderlijk gedrag onder Marokkaanse jongens*. Amsterdam: Balans.

sterk gestegen, vooral onder vrouwen. Hoewel hun moeders vrijwel overwegend ongeschoold of laaggeschoold zijn, wordt het instroompercentage over 2009 van vrouwen van de tweede generatie in het hoger onderwijs³⁵ geschat op 54% (CBS Jaarrapportage Integratie 2010: 76). Ter vergelijking: voor autochtone vrouwen is dit percentage 61% en voor mannen van Marokkaanse afkomst van de tweede generatie is dit 40%.

Jonkers (2003) spreekt met betrekking tot de rol die moeders van Marokkaanse afkomst in deze periode innemen zelfs van een revolutie. De eerste generatie migrantenvrouwen werkt overwegend binnenshuis en het kindertal is groot. Bij de tweede en derde generatie vrouwen is hier geen sprake meer van. De leeftijd waarop Marokkaanse vrouwen van de tweede generatie hun eerste kind krijgen, komt nu overeen met vrouwen van Nederlandse afkomst en niet met hun eigen moeders (CBS Jaarrapportage Integratie 2010).

Ook zijn gezinsrelaties ingrijpend veranderd. Diverse onderzoekers (Pels 2000; Pels & De Haan 2003; 2007; Pels, Distelbrink & Postma 2009) constateren dat de traditionele rolverdeling en de hiërarchische verhoudingen binnen de Marokkaanse gezinnen tussen mannen en vrouwen en ouders en kinderen aan het verdwijnen zijn. Veel ouders van Marokkaanse afkomst vinden een goede opleiding voor hun dochters heel belangrijk, leggen minder nadruk op hun bijdrage in het huishouden en behandelen hun dochters en zoons steeds meer op een gelijke manier. De traditionele, geprivilegieerde positie van zoons is afgenomen. Pels et al. (2009) formuleren deze nieuwe trend als volgt:

Naarmate de tijd verstrijkt en jonge generaties gezinnen vormen, zien wij de invulling van familiewaarden sterk veranderen. Absoluut en onvoorwaardelijk respect voor het gezag van ouderen zien we vrijwel alleen nog bij de pioniersgeneratie, de generatie die in de jaren 70 en 80 migreerde en gezinnen vormde. De meeste opvoeders eisen geen onderdanigheid meer en willen juist een opener en vertrouwelijker relatie met hun kinderen dan vroeger mogelijk was. Autonomie is als opvoedingswaarde duidelijk in opkomst. Naast generatie doet ook het stijgende opleidingsniveau er toe (Pels et al. 2009: 17).

Volgens deze onderzoekers betekent het begrip autonomie voor deze ouders echter niet onafhankelijkheid in denken en handelen, maar eerder zelfredzaamheid en het dragen van verantwoordelijkheid. De diversiteit in opvoedstijl onder gezinnen van Marokkaanse afkomst is duidelijk toegenomen (Pels et al. 2009). Met name in het type gezinnen met laaggeschoolde ouders wordt vaak

³⁵ Dit wil zeggen het aandeel van de beroepsbevolking dat in het hoger onderwijs instroomt, dus de eerstejaars bachelors en masterstudenten, geschat op basis van leeftijdsgegevens van een jaar. CBS Jaarrapportage Integratienota 2010: 76.

nog wel de nadruk gelegd op respect voor ouders, kuisheid van dochters en gehoorzaamheid. Deze ouders leggen weinig uit aan hun kinderen en corrigeren ongewenst gedrag door middel van straf. In dit type gezinnen leren kinderen vooral door na te volgen van wat zij hun ouders zien doen. Bij hoger opgeleide ouders of in gezinnen met een vrijere en tolerantere opvoedingsstijl is de gelijkheid tussen de gezinsleden veel groter. Er wordt in dit type gezinnen meer overlegd en onderhandeld.

Een belangrijke verandering in de positie van ongetrouwde meisjes van Marokkaanse afkomst is opgetreden door de verandering in de Nederlandse wetgeving ten aanzien van het legaliseren van huwelijkspartners uit het land van herkomst. Tot 2004 worden huwelijkspartners (CBS Jaarrapportage Integratie 2010: 42) overwegend nog in Marokko gezocht. Door een wijziging in het toelatingsbeleid van huwelijkspartners uit Marokko is sinds de invoering van deze regelingen³⁶ sprake van een afname van het aantal huwelijken met partners uit het herkomstland³⁷. Door deze strengere wetgeving op gezinshereniging, inburgering en immigratie komt huwelijksdwang minder voor. Ouders kunnen nu gemakkelijker een huwelijk weigeren met familieleden of kennissen uit het herkomstland. Zo zijn er in het jaar 2001 230 vrouwen van de tweede generatie Marokkanen gehuwd met een huwelijksmigrant, terwijl in 2005 én in 2010 nog maar 160 vrouwen een dergelijk huwelijk sluiten (CBS 22-11-2011). Ook komt het vaker voor dan in voorgaande perioden dat gescheiden moeders van Marokkaanse afkomst hun kinderen alleen opvoeden.

De dochters en kleindochters van de eerste generatie migrantenvrouwen streven naar zeggenschap over hun eigen leven (Buitelaar 2007; 2009; Ketner 2010; Bartels & De Koning 2007; Bartels 2005; Demant & Pels 2007). Vooral de hoogopgeleiden van Marokkaanse afkomst getuigen tijdens hun opleiding en in hun werk van individualiteit en persoonlijke autonomie. Zij hebben hun weg in de Nederlandse samenleving gevonden. Uit onderzoek van het CBS (2010³⁸) komt bijvoorbeeld naar voren dat 64% van de hoger opgeleiden van Marokkaanse afkomst zich identificeert met Nederland, dit percentage is hoger dan onder de laagopgeleiden. Deze groep heeft ook meer contacten buiten de eigen Marokkaanse gemeenschap. Slechts 36% van de hoger opgeleiden gaat vooral met Marokkanen om, in tegenstelling tot 60% van degenen met een lage opleiding.

³⁶ Na 1 november 2004 is de minimumleeftijd van degene die met een partner uit het buitenland wil trouwen verhoogd van 18 naar 21 jaar en de inkomenseis is verhoogd van 100% van het minimumloon naar 120%.

³⁷ Centraal Bureau voor de statistiek (2010). Jaarrapportage Integratienota 2010. Omslag Den Haag/ Heerlen.

³⁸ CBS. Integratienota 2010. CBS geraadpleegd op 22 november 2011.

Ook zijn de opvattingen van hogeropgeleide vrouwen van Marokkaanse afkomst over de rol van de vrouw veranderd. Uit onderzoek uit 2011 (CBS geraadpleegd op 22 november 2011) blijkt dat onder de hoger opgeleide vrouwen van Marokkaanse afkomst slechts 6% het (helemaal) eens is met de stelling dat geld verdienen belangrijk is voor jongens, in tegenstelling tot 34% van de lager opgeleide vrouwen en 22% van de Marokkaanse mannen (CBS geraadpleegd 22-november 2011).

Daarnaast worden taboes rondom seksualiteit en homoseksualiteit doorbroken en in de openbaarheid besproken (Kaka & Kursun 2002). Maar deze veranderingen zijn volgens onderzoekers (Buitelaar 2009; Huiberts, Oosterwegel, Van der Valk, Vollebergh & Meeus 2006) niet ten koste gegaan van de loyaliteit en verbondenheid met de eigen ouders. Dit komt overeen met het onderzoek van Nabben, Yeşilgöz & Korf (2006). De jongeren van Marokkaanse afkomst uit dit onderzoek vinden hun ouders heel belangrijk. Jongeren gaan vaker dan vroeger in discussie met hun ouders, maar houden wel rekening met hun opvattingen ten aanzien van alcoholgebruik, uitgaan en seksualiteit.

Volgens Nabben et al. (2006) speelt in deze periode het internet en de sociale media een steeds belangrijkere rol in het leven van Nederlandse jongeren van Marokkaanse afkomst. Hierdoor is ook het sociaal isolement van bepaalde meisjes van Marokkaanse afkomst afgenomen. Zij formuleren dit als volgt:

Internet en gsm hebben de laatste jaren een belangrijke invloed op de communicatieve interactie tussen moslimjongeren. Het datingverkeer door middel van msn, websites en fora is onder veel jongens en meisjes populair. Voor meisjes is het een "veilige" manier om jongens, buiten medeweten van de ouders, beter te leren kennen. Taboeonderwerpen als seks, roken, alcoholgebruik of heikele thema's als: vreemdgaan, uithuwelijken, hoofddoekjes etc. komen op de chatsites uitgebreid aan de orde. Zelfs de jeugdigen die streng islamitisch worden opgevoed, surfen naar sites die ze vanuit het geloof niet mogen zien (Nabben et al. 2006: 145).

Nabben et al. (2006) merken op dat hoewel er voor meisjes van Marokkaanse afkomst meer vrijheid is om te daten, toch de nadruk blijft bestaan op kuis gedrag en het behouden van hun maagdelijkheid. Dit zijn zelfs belangrijke voorwaarden voor het verkrijgen van een huwelijkspartner. Marokkaanse jongens trouwen toch uiteindelijk liever met een meisje dat zich volgens Marokkaanse normen fatsoenlijk gedraagt en slechte plekken mijdt.

Kortom er zijn op allerlei terreinen veel veranderingen zichtbaar in de positie van Marokkaanse jongeren en vrouwen. Opvallend is echter dat deze aanwijzingen voor een succesvolle integratie, gepaard gaan met een afname in de maatschappelijke acceptatie van deze groep Marokkaanse Nederlanders (Entzinger

2009; Omlo 2011). Het maatschappelijke debat richt zich op het onvermogen van sommige Marokkaanse ouders om hun zoons in het gareel te houden en de kritiek in de media op de islam neemt nog verder toe. Daarbij markeert het artikel van Paul Scheffer in het NRC Handelsblad op 29 januari 2000 een verandering ten opzichte van de periode daarvoor (Tillie 2008). Hoewel er al eerder door rechtse politici gesproken wordt over de negatieve maatschappelijke effecten van de multiculturele samenleving, stimuleert volgens Tillie (2008) het artikel van Scheffer (2000) nu ook een maatschappelijk debat onder linkse politici over het falen van de integratie van migranten uit niet-westerse landen.

Grote gevolgen voor de publieke opinie (Tillie 2008) over de islam hebben de aanslagen van moslimterroristen in de VS op 11 september 2001, de latere aanslagen in Madrid (in 2004), in Londen (in 2005) en de moord op van Gogh (in 2004) door een man van Marokkaanse afkomst. Er ontstaat een toenemende angst voor moslimterrorisme. Ook de opkomst van partijen die zich tegen de komst van buitenlanders en tegen de islamisering van Nederland opstellen, zoals de PVV hebben een grote maatschappelijke impact (Tillie 2008).

Deze omslag in tolerantie naar moslims komt ook uit onderzoek van Phalet & Ter Wal (2004) naar voren. Zo blijkt uit dit onderzoek naar vooroordelen, sociale afstand en discriminatiegeneigdheid onder personen van Nederlandse afkomst dat de tolerantie ten opzichte van migranten en de islam, vooral onder de laagst opgeleiden is afgenomen (Phalet & Ter Wal 2004: 13,14). Ook voelen steeds meer moslimjongeren van Marokkaanse afkomst zich volgens Nabben et al. (2006) benadeeld door de negatieve beeldvorming over de islam in de Nederlandse media, zij moeten zich steeds vaker voor hun islamitische geloof verantwoorden.

5.4.3.2. *Kenmerken van religiositeit*

Er wordt in deze periode dus veel onderzoek verricht naar de religieuze beleving van jongeren met een Marokkaanse achtergrond. Uit diverse onderzoeken blijkt dat jongeren van Marokkaanse afkomst de religie van hun ouders belangrijk vinden en serieus navolgen (De Koning 2008; Ketner 2009). De islam speelt een rol bij hun levensdoelen, hun identiteit, de verbinding met geloofsgenoten en het contact met de eigen ouders. Maar de wijze waarop zij hun geloof belijden, ondergaat de invloed van de tijd waarin zij leven. De jongere generaties moslims in Nederland maken in vergelijking met hun ouders een verschil tussen de religieuze volkstradities uit Marokko en dat wat er door geleerden of op het internet door orthodoxe geloofsgenoten onder de islam wordt verstaan (De Koning 2008). Zij willen meer weten over de “ware” islam, los van de tradities en gebruiken van hun ouders. Daarom raadplegen zij het internet, lezen religieuze boeken, volgen cursussen over de islam, discussiëren met islamitische leeftijdsgenoten en proberen deze nieuwe

inzichten in wat *haram* en wat *halal* is, toe te passen. Hierbij worden zij beïnvloed door een meer orthodox, soms ook salafistisch religieus vertoog. Dit met hun leeftijdsgenoten gedeelde orthodoxe vertoog, heeft invloed op de manier waarop deze islamitische jongeren de islam in hun dagelijks leven praktiseren en uitdragen.

Uit kwantitatief onderzoek van Entzinger & Dourleijn (2008: 116) onder 374 Marokkaanse jongeren, blijkt dat 92.7% van hen religieus is opgevoed. 83.4% van de jongeren is het eens met de stelling: “moslim zijn is een belangrijk deel van mijzelf”. Slecht 0.8% sluit zich hier niet bij aan. Er zijn daarbij geen significante verschillen tussen mannen en vrouwen. Ongeveer de helft van de jongeren geeft aan vijf keer per dag de *salaat* te bidden, slechts 26% bidt niet. Het bezoeken van een moskee is minder van belang voor deze jongeren. Ongeveer 10% komt soms in een gebedshuis. Ook uit de gegevens van het CBS (CBS 22-11-2011) vinden 97% van de Marokkaanse vrouwen en 96% van de Marokkaanse mannen zichzelf gelovig. Onder de hogeropgeleide mannen en vrouwen is dit percentage 93%. Wel bezoekt 78% van de Marokkaanse vrouwen (vrijwel) nooit een religieuze bijeenkomst, in tegenstelling tot 38% van de mannen.

Roex et al. (2010) hebben in 2010 de gevaren van radicalisering onder Nederlandse moslims onderzocht. Hun onderzoek is gebaseerd op een landelijk representatieve steekproef, waarbij er in totaal 361 personen van Marokkaanse afkomst zijn geïnterviewd, waarvan 178 vrouwen, dit is 49% (Roex et al. 2010: 404). Volgens dit onderzoek is in Nederland 12% van de moslims van Marokkaanse afkomst streng orthodox, 61% matig orthodox en 28% niet-orthodox. Daarbij zijn er volgens onderzoekers als Roex et al. (2010) en Groenwold (In: Crul & Heering Eds. 2008) geen significante verschillen geconstateerd tussen de religiositeit van vrouwen en mannen van Marokkaanse afkomst. En volgens Entzinger & Dourleijn (2008) verschillen ook de hoogopgeleide vrouwen nauwelijks van de laagopgeleide vrouwen van Marokkaanse afkomst. Maar moslims van Marokkaanse afkomst zijn wel religieuzer georiënteerd dan moslims van Turkse achtergrond (Entzinger & Dourleijn 2008).

Ook uit kwalitatief onderzoek onder moslimjongeren van Marokkaanse afkomst blijkt een sterke religieuze oriëntatie. Jongeren zoeken naar zuivere vormen van de islam (De Koning 2008; Roeland et al. 2010). Dit heeft gevolgen voor de wijze waarop jongeren in vergelijking met hun ouders hun geloof praktiseren.

Veranderingen in religieuze opvattingen en praktijken

Het onderzoek van Buijs et al. (2006); Nabben et al. (2006) en De Koning (2008) laat zien dat deze jongeren zich losmaken van de culturele tradities van hun ouders door zich op de islam te richten. Zij benadrukken steeds minder hun etnische identiteit (De Koning 2009). Ook volgens Brouwer (2006) is er onder jongeren sprake van een

verdieping van het islamitische discours door scholing en uitwisseling via sociale media. Zij worden in hun geloofsbeleving vooral beïnvloed door ouders, broers, zussen, vrienden en sociale media en niet door imams (Nabben et al. 2006).

Het onderzoek van Van Nieuwkerk (2005) geeft inzicht in de verandering van bepaalde religieuze opvattingen onder moslima's van Marokkaanse afkomst. Zij heeft onderzocht wat kenmerkend is voor de dagelijkse religieuze praktijken van deze groep rondom islamitische feesten en het verrichten van goede daden. Zij vergelijkt het belang van het begrip "*ajr*" of "*hasanat*", religieuze verdienste, voor vrouwen uit Marokko en voor vrouwen van de eerste en tweede generatie in Rotterdam. *Ajr* is voor islamitische vrouwen een belangrijke motivatie om goede daden te verrichten (Van Nieuwkerk 2005). Door deze "bonuspunten" kan een moslim de kans op het paradijs vergroten. *Ajr* telt echter alleen als de daad met de juiste intentie wordt verricht, dit wil zeggen God accepteert geen goede daden als deze verricht worden om een *ajr* te verdienen.

Van Nieuwkerk (2005) concludeert dat er in Nederland onder de tweede generatie vrouwen veranderingen optreden in hoe zij het begrip *ajr* hanteren. In Nederland is de wijze waarop men religieuze plichten uitvoert en verdienste kan verwerven minder vanzelfsprekend geworden. Het geven van burenhulp, het uitdelen van voedsel aan arme mensen, het bezoeken van familieleden bij islamitische feesten, of het op juiste wijze ritueel slachten is in Marokko normaal maar in Nederland veel minder. Volgens Van Nieuwkerk (2005) zijn deze jongere vrouwen minder op een boekhoudkundige manier bezig met religieuze verdienste (*hasanat*) dan de eerste generatie vrouwen. De tweede en derde generatie vrouwen wisselen via sociale media uit wat goede daden zijn en zij willen bijvoorbeeld liever hun geld aan echte armen geven dan aan familieleden in Marokko. Zo worden religieuze begrippen als *ajr*, *hasnanat*, *zakat* en *sadaqa* op flexibele en creatieve wijze voorzien van een nieuwe inhoud, die beter aansluit bij deze tijd en het wonen in Nederland. Van Nieuwkerk (2005) noemt deze aanpassing in navolging van Metcalf (1996) een voorbeeld van de "portability" van de islamitische religieuze praktijken.

Diversiteit in religiositeit

Verschillende onderzoekers benadrukken dat de religieuze diversiteit onder jongeren van Marokkaanse afkomst is toegenomen. Daarbij komt de scheiding tussen meer orthodox islamitische georiënteerde jongeren en vrijdenkende jongeren steeds weer terug. Nabben et al. (2006) maken een onderscheid tussen jongeren van Marokkaanse afkomst die zij de "conformisten", de "neo-orthodoxen", de "flexibelen" en de "hedonisten" noemen. De eerste twee groepen vinden de islam erg belangrijk, waarbij de eerste groep meer op de geloofstradities van de ouders gericht is en de tweede groep zich daar juist van distantieert omdat zij de "ware"

islam willen volgen. Terwijl de laatste twee groepen zich veel vrijer ten aanzien van het naleven van geloofsregels opstellen, zij zijn meer gericht op genieten en hebben ook veel niet-islamitische vrienden. Het verschil tussen de “flexibelen” en de “hedonisten” is daarbij dat de eerste groep wel sterk op de islam gericht is en geen problemen wil hebben met hun ouders op dit gebied, terwijl de laatste groep niet zoveel waarde aan hun islamitische identiteit hecht, veel uitgaat en meer voor hun eigen plezier kiest. Tot slot onderscheiden Nabben et al. (2006) een groep jongeren van Marokkaanse afkomst die zij de “escapisten” hebben genoemd. Deze groep bestaat vooral uit laaggeschoolde, werkeloze jongeren zonder maatschappelijk perspectief, met een deviante, delinquente levensstijl. Deze jongeren vinden de islam en hun Marokkaanse identiteit wel belangrijk, maar zij leven er niet naar.

Demant & Pels (2007: 161) constateren dat de individualiteit in religieuze beleving onder jongeren van Marokkaanse afkomst is toegenomen. Op basis van een indeling in rechtleers versus rekkelijk en kritisch versus niet kritisch beschrijven zij de volgende vier profielen van religiositeit: nieuw loyaal, fundamentalistisch, liberaal en culturele moslim. De *loyale moslims* zijn streng praktiserend, zij volgen daarbij de traditionele vorm van de islam, net als hun ouders. Zij hebben geen kritiek op de islam of de geloofsbeleving van hun ouders. De *nieuw fundamentalistische moslims* zijn gericht op de zuivere vorm van islam en praktiseren hun geloof met volle intentie. Zij hebben kritiek op de traditionele vormen van islam, die zij bij hun ouders en geloofsgenoten waarnemen. De *liberale moslims* interpreteren de islam meer op hun eigen manier, zij zijn kritisch naar geloofsgenoten en geven vorm aan een meer persoonlijke, tolerante vorm van islam. De *culturele moslims* zijn wel trots op de islam en hun moslim-zijn, maar houden zich minder gericht met het geloof bezig.

Onderzoek naar orthodoxe stromingen

De nieuw fundamentalistisch georiënteerde groep die Demant & Pels (2007) onderscheiden, is uitgebreid onderzocht door Roex et al. (2010). Deze studie is interessant omdat deze onderzoekers de religieuze opvattingen en praktijken onder deze orthodoxe Marokkaanse jongeren preciezer beschrijven. Volgens deze onderzoekers domineert op islamitische websites de salafistische visie op de islam (Roex et al. 2010). Het salafistische vertoog wordt door veel islamitische jongeren van Marokkaanse afkomst gebruikt. Niet-orthodox georiënteerde moslims beschouwen de salafistische opvattingen als een vorm van “*halal-haram*” islam, zij denken veel minder dogmatisch over de islam.

Het salafisme in Nederland is beïnvloed door het wahabisme uit Saoedi-Arabië (Roex et al. 2010). Het begrip *salaf* verwijst naar de Arabische term voor-ganger of voorouder. Salafi's vinden de aanbidding van Allah en het praktiseren van

de islam het allerbelangrijkste in hun leven, zij streven naar het paradijs, zij spreken onderling regelmatig over de dood, de hel en het belang van het eeuwige leven in het hiernamaals. Zij benadrukken de “wetenschappelijkheid” van de koran. Alleen de islam geeft in hun ogen antwoord op alle vragen. Zij zien onwetendheid over de ware islam en een zwakke *iman* (innerlijk geloof) als bron voor maatschappelijke problemen. Daarom streven zij naar het bestuderen van de juiste religieuze bronnen. Zij ervaren dit als aanbidding van Allah. Door de juiste islamitische kennis op te doen en deze nederig in het dagelijks leven toe te passen, dient een moslim Allah. Op deze wijze kan een moslim *hasanat* voor het hiernamaals verdienen.

Salafi's maken een onderscheid tussen de ware, zuivere islam en de gewoonte islam die georiënteerd is op culturele tradities uit landen van herkomst (Roex et al. 2010: 64). Het gaat daarbij om een “zuivere” intentie (*ikhlas*), dit wil zeggen het geloven vanuit je hart, het vervullen van religieuze plichten met als enige doel het aanbidden van God (Roex et al. 2010). In hun beleving is iedere gelovige verantwoordelijk voor zijn eigen daden. Het gaat daarbij om het persoonlijk vormgeven van de relatie met Allah (Roex et al. 2010: 138, 139).

Salafi's spreken over goed gedrag en bedoelen daarmee dat zij gehoorzaam zijn aan ouders, rechtvaardig zijn, burens goed behandelen, islamitische kleding dragen, Gods wetten naleven en Allah aanbidden (Roex et al. 2010). Daarbij willen zij liever geen uitspraak over de islam op stellige wijze doen omdat in hun ogen alleen God de waarheid kent. *Hasanat* wordt verdiend met goed gedrag en de juiste intentie. Zij zien hun geloofsinterpretatie als de enige religieuze waarheid, zij beschouwen andere interpretaties van de islam als onislamitisch en stellen zich intolerant op naar andersdenkenden.

Hun geloofspraktijken worden gekenmerkt door het bezoeken van vrijdagspreken, conferenties en lezingen van salafistische organisaties (Roex et al. 2010). Zij streven daarbij naar aanbidding van Allah, kennisvergaring, het versterken van hun innerlijke geloof en het vergroten van hun standvastigheid. Salafi-aanhangers willen zo goed mogelijk het voorbeeld van de profeet Mohammed volgen, zoals is weergegeven in de *hadith*, de koran en de *soenna*. Zij streven naar de in hun ogen ware, dit wil zeggen de zuivere islam. Zij baseren elke beslissing die zij in het dagelijks leven nemen zoveel mogelijk op de koran en *soenna*. In hun denken gaat het om hetgeen door God is toegestaan (*halal*) en wat door God is verboden (*haram*). De koran beschouwen zij als waarheid van God. Zij willen hun geloof en religieuze kennis ook naar anderen uitdragen. Zij veroordelen afgoderij en streven naar “*tawhid*”, eenheid van Allah. In ogen van de salafi's heeft een moslim kans op het paradijs als deze kennis opdoet van Gods woord, deze uitdraagt en volgens Gods geloofsvoorschriften leeft. Zij streven naar het paradijs en hun

wereldse leven staat in dienst van de aanbidding van Allah. Zij zien Mohammed en zijn volgelingen als hun grote voorbeelden.

Salafi's worden gemotiveerd door gelijkgestemden (Roex et al. 2010). Zij spreken vaak over broeders en zusters. Er is sprake van een salafistische lifestyle. Zij zijn verantwoordelijk voor hun eigen daden als moslim en zien hun leven als een persoonlijke zoektocht met veel beproevingen. Salafi's proberen werk te vinden dat volgens de islam toegestaan is. Zij verbinden het huwelijk met de islam, zij zien het met een goede moslim trouwen als helft van hun geloof, omdat het hen beschermt tegen zondes en hen het hen stimuleert om standvastig te zijn in hun geloof.

5.4.3.3. Kenmerken van problemen

Het onderzoek van Stevens, Pels, Vollebergh & Crijnen (2004) geeft een beeld van de problemen en conflicten onder jongeren van Marokkaanse afkomst uit Rotterdam en Den Haag. Volgens dit onderzoek hebben Marokkaanse jongeren door de migratieachtergrond van hun familie te maken met specifieke risicofactoren. Van invloed zijn de lage sociaaleconomische status van hun gezin, schoolproblemen, gezinsconflicten over rolveranderingen, verschillen tussen de gezinsleden in adaptatie aan Nederland en problemen met discriminatie (Stevens et al. 2004: 119). Vooral meisjes ervaren daardoor problemen, omdat zij zich meer dan jongens aan de normen en eisen van hun ouders moeten conformeren.

Uit dit kwantitatieve onderzoek van Stevens et al. (2004) blijkt dat jongeren met discriminatie ervaring veel emotionele problemen hebben. Ook kinderen die veel door hun ouders worden gestraft, die veel conflicten met hun ouders hebben, vertonen emotionele en gedragsproblemen. De religieus georiënteerde jongeren hebben echter de minste gedragsproblemen. De onderzoekers verklaren dit verschil door er op te wijzen dat deze religieuze jongeren afzien van gedrag dat wordt afgekeurd. Zij stellen zich door hun geloof socialer op en conformeren zich meer aan hun gelovige ouders. Daardoor worden zij ook meer gesteund dan de jongeren die minder volgens de islam leven. Dit sluit aan bij inzichten uit ander onderzoek. Bartels (2005) noemt onderzoek onder Marokkaanse jonge vrouwen in Gouda van Teunissen (1997, bij Bartels 2005). De jonge vrouwen van Marokkaanse achtergrond die vooral gericht zijn op genieten en uitgaan, hebben veel persoonlijke problemen vanwege conflicten met hun ouders over hun uitgaansgedrag. De strijd die zij voeren met hun ouders om bewegingsvrijheid gaat ten koste van hun zelfvertrouwen als goede dochter en vrouw. De vrouwen die gelovig zijn en degenen die zich aan de wensen van hun ouders aanpassen, hebben meer zelfvertrouwen en energie beschikbaar om zich aan hun studie of beroeps carrière te wijden.

De onderzoekers Geurts (2008) en Yerden (2008) beschrijven de problemen rondom huiselijk geweld en het fysiek straffen van kinderen binnen migrantengezinnen uit Marokko. Daarnaast verschijnen er publicaties van hoogopgeleide vrouwen van Marokkaanse afkomst die de taboes en problemen binnen de Marokkaanse gemeenschap in de openbaarheid brengen. Choho (2006), Bouali (2006) en Benkaddour (2010) bespreken in hun boeken de problemen met ouders, discriminatie, seksualiteit, assertiviteit, emancipatie, partnerkeuze en islamitisch fundamentalisme. Zij brengen een eigen visie op het lot, religie, de familie-eer, de positie van mannen en vrouwen naar voren. Zij vinden dat vrouwen hun eigen individualiteit moeten versterken en benadrukken dat vrouwen van Marokkaanse afkomst zich actief en assertief naar Marokkaanse mannen, hun familie en de Marokkaanse gemeenschap moeten opstellen. Volgens deze vrouwen zijn oude overtuigingen over eer en het leven volgens de normen van je familie of de Marokkaanse gemeenschap vrouwonvriendelijk en achterhaald. Daarbij verwoorden zij een nieuwe, meer persoonlijke visie op de islam. Vooral in het boek van Choho (2006) komt dit sterk naar voren. Zo stelt Choho (2006) dat sociale controle en het verbergen van je ware gevoelens in het verleden in het land van herkomst misschien zinvol was, maar dat het in Nederland om eerlijkheid, openheid en zelfkennis gaat. Choho (2006) wil met haar boek een bijdrage leveren aan het in openheid leren bespreken van gevoelige onderwerpen waarmee zowel moslims als niet-moslims kunnen worstelen.

Binnen de psychiatrie zijn er volgens De Jong & Colijn (2010) nog steeds hulpverleners die niet goed bij cliënten van Marokkaanse afkomst aan weten te sluiten. Vooral hulpverleners die individualiteit en assertiviteit benadrukken, houden bij deze cliënten te weinig rekening met het belang van onderlinge verbondenheid, zorg en afhankelijkheid van dierbaren. De Jong & Colijn (2010) vinden dat hulpverleners zich meer moeten richten op de mentale schema's voor herstel en genezing van deze cliënten en oog moeten hebben voor hun religieuze en/of politieke zingeving. Zo komen bijvoorbeeld stressuitingen als bezetenheid binnen de Marokkaanse migrantengemeenschap in Nederland nog steeds voor, maar wel in veel mindere mate dan vroeger. Om welke stressgevendende factoren gaat het precies?

Stress door intergenerationele conflicten

Verskillende onderzoekers (Brouwer 1997; Ketner 2010; Buitelaar 2007; 2009) melden conflicten tussen ouders en kinderen van Marokkaanse herkomst omdat ouders willen vasthouden aan de tradities uit het herkomstland, terwijl hun kinderen zich meer richten op de waarden, normen en gebruiken van de nieuwe samenleving. Buitelaar (2007) geeft in diverse artikelen aan dat hoogopgeleide

vrouwen van Marokkaanse afkomst problemen hebben met de eisen die hun eigen ouders stellen, omdat hierdoor hun eigen verlangen naar meer persoonlijke ontwikkeling en autonomie wordt beperkt. Daartegenover staat dat het met steeds meer gezinnen van Marokkaanse afkomst goed gaat. Dit zijn vaak gezinnen waarvan de kinderen zich hecht verbonden voelen met hun ouders (Huiberts et al. 2006).

Benkaddour (2010) beschrijft hoe sommige Marokkaanse ouders uit angst voor de vrije seksuele omgangsvormen in Nederland tot mishandeling overgaan om hun ongehuwde dochters in het gareel te houden. Dat er soms sprake is van fysiek en psychisch geweld binnen Marokkaanse gezinnen wordt bevestigd door onderzoek (Deug 1989; Geurts 2008; Yerden 2008). Benkaddour (2010) brengt deze mishandeling in verband met de dominante traditionele opvattingen en taboes over de opvoeding van kinderen. Benkaddour (2010) verbindt dit met de religieuze opvatting dat ouders altijd gerespecteerd moeten worden. Kritiek op de eigen ouders, ook als deze mishandelen, is daarom uit den boze. Haar visie geeft inzicht in wat volgens haar de achtergrond is van veel vermijdingstrategieën:

Een zeer belangrijke norm hierbij is het respect voor de ouders, omdat het tonen daarvan een islamitische voorwaarde is om in de hemel te komen (...) Er wordt ons namelijk geleerd om ze te gehoorzamen, niet te kwetsen, niet verdrietig te maken of, als je geslagen wordt, niet terug te slaan. Je ouders slaan of terugslaan is zelfs de grootste zonde die er is. En als we eventueel klagen bij gezins- of familieleden, krijgen we vaak te horen dat alles wat je ouders doen op korte of lange termijn voor je eigen bestwil is en dat je niet slecht hoort te spreken over je ouders. Zelfs als je denkt dat je heel erg wordt mishandeld, mag je nog steeds niet slecht spreken over je mishandelaar tegen een familielid, docent, politie of hulpverlener. Dat wordt gezien als respectloos (Benkaddour 2010: 212, 213).

Stress rondom partnerkeuze, seksualiteit en relaties

Een specifiek probleem waarmee deze jonge ongehuwde vrouwen van Marokkaanse afkomst kunnen worstelen, is het vinden van een geschikte levenspartner (Sterckx & Bouw 2005). Als ouders hun dochters verbieden om relaties met jongens te hebben, van hun dochters verwachten dat een jongen hun hand thuis komt vragen en ouders vinden dat zij het recht hebben om de keuze van hun dochter af te wijzen, blijft er weinig speelruimte over om te experimenteren met relaties. Daarnaast beloven sommige jongens van alles, maar vragen zij hun vriendin uiteindelijk niet ten huwelijk of verbreken zij de relatie. Dit is schadelijk voor de reputatie van het meisje. Bouali (2006) heeft kritiek op de beeldvorming van mannen van Marokkaanse afkomst naar vrouwen. Deze beeldvorming heeft invloed op de partnerkeuze van jonge vrouwen van Marokkaanse afkomst en op de problemen die er ontstaan als jonge vrouwen een partner zoeken. Meisjes moeten maagd blijven en

jongens mogen experimenteren met seksualiteit en proberen vrouwen uit. Zij ervaart dit als een systematische onderdrukking van vrouwen. Bouali (2006) constateert een dubbele seksuele moraal waarbij deze mannen de islam gebruiken om vrouwen te onderdrukken. Een probleem daarbij is volgens Benkaddour (2010) dat door de norm dat ongehuwde vrouwen kuis gedrag moeten vertonen, zij hun eigen seksuele gevoelens moeten onderdrukken, zelfs in hun volwassenheid. En als zij deze gevoelens wel toelaten, kunnen zij zich daarover schuldig gaan voelen ten opzichte van hun ouders en God.

Benkaddour (2010) somt in haar boek een aantal conflicten op die hieruit voortkomen. Vrouwen kunnen hun seksuele verlangens als *haram* zien; de angst hebben dat iemand hen met een vriendje heeft gezien; bang zijn voor roddel en verraad door vriendinnen; onwetend zijn op seksueel gebied, waardoor zij zich onnodig zorgen maken of in de problemen komen. Als zij verliefd worden op een niet-Marokkaanse jongen zijn zij bang dat hun ouders geen toestemming geven om met hem te trouwen. Benkaddour (2010) meent dat het streng verbieden van seksualiteit vaak een averechts effect heeft. Zij brengt het niet openlijk kunnen bespreken van seksualiteit in verband met het voorkomen van abortus onder Marokkaanse meisjes en de gevoeligheid van bepaalde meisjes voor loverboys en prostitutie.

Stress door het combineren van verschillende werelden

Buitelaar (2007) heeft de levensverhalen opgetekend van 25 vrouwen van Marokkaanse afkomst met een universitaire opleiding. Deze vrouwen worden door hun ouders gestimuleerd om economisch onafhankelijk te worden (Buitelaar 2007) en alle kansen binnen de samenleving te benutten. Daar zijn zij hun ouders heel dankbaar voor. Daarnaast wordt van hen verwacht dat zij respectvolle, kuise en gehoorzame dochters blijven. Vanuit hun laagopgeleide ouders zijn er hoge verwachtingen over hun maatschappelijke prestaties en hun onbesproken gedrag als dochter. Terwijl zij in hun contacten met Nederlanders te maken krijgen met vooroordelen over zowel Marokkanen als moslims. Door hun leeftijdsgenoten met dezelfde achtergrond worden zij kritisch bekeken en bevraagd op hun loyaliteit aan de Marokkaans islamitische gemeenschap. Zij bewegen zich zo binnen verschillende sociale en culturele contexten. Daarbij willen zij zowel een goede dochter, een goede moslima, als een zelfstandige, onafhankelijke vrouw zijn. Deze jonge talentvolle vrouwen hebben volgens Buitelaar (2007) het gevoel dat zij in vrijwel alle groepen waarvan zij deel uitmaken, hun loyaliteit moeten bewijzen. Dit geeft veel stress. Benkaddour (2010), zelf een hoogopgeleide vrouw van Marokkaanse afkomst, geeft hier een voorbeeld van:

Maar als je dagelijks moet switchen van gedrag, van normen, waarden en verwachtingen, dan kun je je constant onveilig voelen. Er ligt telkens een afwijzing op de loer. (...). Daarnaast kost de voortdurende omschakeling enorm veel energie, die je juist nodig hebt om je goed te kunnen ontwikkelen (Benkaddour 2010: 226).

In de volgende paragrafen onderzoeken wij welke manieren van coping door onderzoekers worden genoemd en welke rol de islam en bidden hierbij spelen.

Stress door discriminatie

Jonkers (2003) toont in haar proefschrift aan dat de Marokkaanse moeders uit haar onderzoek in de communicatie met verpleegkundigen anticiperen op de negatieve beeldvorming over de Marokkaanse wijze van opvoeden. De vrouwen hebben de beeldvorming over hun eigen groep van herkomst verinnerlijkt. Zij hanteren stereotype beelden over de eerste generatie vrouwen, over mannen, of over kinderen van Marokkaanse afkomst, die feitelijk gezien nauwelijks kloppen met de realiteit. Deze beeldvorming wordt beïnvloed door de vooroordelen die deze vrouwen hebben over de eigen Marokkaanse afkomst en de idealisering van Nederlandse gezinsrelaties en opvoedingspraktijken.

Diverse onderzoekers (Verkuyten 2003; Ketner 2010; De Koning 2008) geven aan dat islamitische jongeren van Marokkaanse afkomst steeds meer geconfronteerd worden met discriminatie en buitensluiting. Het klimaat in Nederland is verhard, door de aanslagen van 11 september 2001, de moord op Theo van Gogh door een moslimfundamentalist in 2004, het uitdragen in de media van het anti-islamitische vertoog van de PVV, zoals de term “kopvoddentax” voor hoofddoekdraagsters, discussies over het boerkaverbod en de angst voor terrorisme.

5.4.3.4. Kenmerken van copingstrategieën

Hoe gaan deze vrouwen met bovengenoemde problemen en spanningen om? Welke copingstrategieën gebruiken zij om met de spanningen tussen de werelden thuis en buitenshuis om te gaan? In vergelijking met vroegere perioden die wij hebben beschreven valt op dat de islamitische identiteit opvallend op de voorgrond getreden is.

Coping met het “anders” zijn door sociale ondersteuning van lotgenoten

Brouwer (2006) geeft aan dat jonge moslima's van Marokkaanse afkomst via sociale media steun bij elkaar zoeken om problemen die ze bijvoorbeeld met betrekking tot partnerkeuze of discriminatie ervaren met elkaar uit te wisselen. Dit helpt hen om te accepteren dat zij zich in een andere positie bevinden dan veel van hun leeftijdsgenoten van een andere achtergrond.

Coping met discriminatie door ontkenning, acceptatie, distantiëring en sociale ondersteuning

Ketner (2010) vat de copingstrategieën van Marokkaans Nederlandse jongeren om met discriminatie om te gaan als volgt samen: het ontkennen dat discriminatie bestaat, het accepteren van de discriminatie als gebeurtenis of als beeld, het distantiëren van het negatieve imago dat Marokkaanse jongeren hebben in de media, het omdraaien van het beeld, het rationeel of emotioneel op discriminatie reageren en tot slot het vervullen van een voortrekkersrol door zelf het goede voorbeeld te geven of door zich als vrijwilliger in te zetten.

Volgens Verkuyten (2003) zoeken Marokkaanse jongeren steun bij elkaar om zich te beschermen tegen de maatschappelijk afkeuring van hun groep. De psychiaters Veling et al. (2006; 2008) hebben aangetoond door hun onderzoek in diverse wijken in Den Haag dat het wonen in een wijk met veel andere Marokkaanse families beschermend werkt ten aanzien van het voorkomen van schizofrenie onder deze jongeren. Hoewel dit verband nog niet geheel verklaard kan worden, lijkt het er op te wijzen dat het wonen in een wijk met veel gelijkgestemden van dezelfde culturele achtergrond bescherming biedt tegen de stress door discriminatie, waardoor psychiatrische kwetsbaarheid minder naar de voorgrond treedt.

Coping door te switchen tussen verschillende werelden

Ketner (2010), Buitelaar (2007) en Demant & Pels (2007) nemen bij Marokkaanse jonge vrouwen waar dat zij op strategische wijze weten om te gaan met de verschillende situaties waarmee zij te maken hebben. Ketner (2010) ziet jongeren effectief switchen van etnische identiteit, al naar gelang de specifieke context waarin zij zich bevinden. Sommige jongeren presenteren zich vooral als Marokkaans, of juist geheel als Nederlands, anderen accentueren vooral hun moslimidentiteit, andere jongeren switchen van identiteit al naar gelang de omgeving waarin zij zich bevinden. Zij gedragen zich zoals hun omgeving, thuis, op school of op straat, dat van hen verwacht. Pels et al. (2009) spreken van de strategie “alternatie”, dit wil zeggen dat de jongeren zich op creatieve wijze voegen naar hun omgeving. Thuis vinden zij traditionele waarden belangrijk, maar daarbuiten reageren zij anders. Benkaddour (2010) vindt strategisch handelen minder positief, zij wijst er op dat Marokkaanse vrouwen daardoor door anderen worden geleefd en niet echt hun hart kunnen volgen of hun eigen leven kunnen vormgeven zoals zij dat zelf willen.

Coping met eisen en verwachtingen van de ouders: onderhandelen

Uit onderzoek komt naar voren dat veel jongeren van Marokkaanse afkomst goed contact hebben met hun ouders (Huiberts 2006; Pels, Distelbrink & Postma 2009) en

dat zij de ruimte krijgen om te onderhandelen over vrijheden (Ketner 2010; Yerden 2010).

Coping door confrontatievermijding

Ook in deze periode komt het vaak voor dat jongeren van Marokkaanse afkomst gevoelige onderwerpen thuis niet bespreken omdat zij hun ouders niet in verlegenheid willen brengen (Ketner 2010; Yerden 2010; Buitelaar 2007; Pels et al. 2009). Het lijkt wel of dit hun ouders ook goed uitkomt, want als zij ergens niet van op de hoogte zijn, hoeven zij het ook niet openlijk te verbieden. Op deze wijze ontstaan er geen conflicten en zijn deze jongeren in staat om zonder medeweten van hun ouders toch uit te gaan en potentiële huwelijkspartners te ontmoeten. Yerden (2010) vindt conflictvermijdend gedrag en strategisch handelen ten aanzien van hun ouders en de eigen gemeenschap kenmerkend voor deze groep jongeren van Marokkaanse afkomst. Volgens Yerden (2010) leren veel laaggeschoolde Marokkaanse ouders hun kinderen op de volgende wijze vermijdingsgedrag aan. Zij leggen hun kinderen beperkingen en verboden op, zonder daarbij veel uitleg te geven. Mislukkingen worden bestraft, maar successen worden nauwelijks expliciet beloond. Kinderen leren zo welk gedrag goed gekeurd wordt en wat schaamtevol is. Als zij iets hebben gedaan wat niet mag, proberen zij dit te verbergen.

Coping door te relativeren

Een copingstrategie van vrouwen van Marokkaanse afkomst om problemen te hanteren is het relativeren van de eigen wensen en het zich aanpassen aan de omstandigheden waarin zij verkeren. Dit komt bijvoorbeeld in het onderzoek van Buitelaar (2007) naar voren. Het is voor deze hoogopgeleide vrouwen van Marokkaanse afkomst zinvol om te overwegen op welke terreinen zij wel en niet de strijd met hun ouders aan gaan. Zij accepteren dat zij niet op alle terreinen vrijheden kunnen verwerven. Om onenigheid of een breuk met hun ouders te voorkomen, moeten zij op bepaalde gebieden genoegen nemen met minder autonomie. Vrouwen die zich willen ontwikkelen, hebben er baat bij om niet te veel aandacht te besteden aan conflicten met hun ouders. Dat kost veel energie die zij beter voor hun studie kunnen gebruiken. Dus door zich aan te passen aan de wensen van hun ouders en aan de Marokkaanse gemeenschap winnen zij meer dan dat zij verliezen.

Coping door probleemconfrontatie: het openlijk bespreken van problemen

Een aantal vrouwen van Marokkaanse afkomst, zoals Benkaddour (2010), Choho (2006) en Bouali (2006) vinden dat er binnen de Marokkaanse gemeenschap meer openlijk over problemen gesproken moet worden. Zij pleiten voor probleemconfrontatie en het doorbreken van taboes. Benkaddour (2010) heeft kritiek op het

eerconcept en stelt dat de opvattingen over eer discriminerend zijn voor jonge ongehuwde vrouwen, omdat zij hun seksualiteit niet mogen beleven. Zij ziet eer als een concept dat vrouwen het recht op een eigen persoonlijke ontwikkeling en het recht op onvoorwaardelijke liefde onthoudt. Zij legt ook een verband tussen het controleren van de eer van vrouwen en de mishandeling. Door openlijk over lichamelijke en geestelijke mishandeling te spreken, doorbreekt deze schrijfster een taboe. Zij geeft jongeren in haar boek ook informatie over de mogelijke effecten van huiselijk geweld op langere termijn. Zij raadt hen aan deze wijze van bestraffing niet meer te accepteren. Het is beter om hulp te zoeken en te voorkomen dat geweldspatronen zich gaan herhalen.

5.4.3.5. *Kenmerken van religieuze copingstrategieën*

In hoeverre komt uit de literatuur naar voren dat moslima's van Marokkaanse achtergrond gebruik maken van religieuze coping?

Coping door bidden en religieuze betekenisgeving

Uit het onderzoek van Van Nieuwkerk (2007) blijkt dat orthodoxe moslima's elkaar adviseren om op islamitische wijze met stress en problemen om te gaan. Moslima's moeten geduldig en vergevingsgezind zijn naar hun man en kinderen, maar mogen zoals in de koran staat voor hun eigen belangen opkomen en "nee" zeggen. Daarnaast kan het helpen om islamitische gebeden en zingeving te gebruiken om stress te verminderen. Zo geeft een vrouw die Samira wordt genoemd het volgende advies aan haar islamitische zusters:

Ze noemt drie belangrijke medicijnen van het geloof tegen spanningen: het gebed (*salat*), de smeekbede (*doe'a*), geduld (*sabr*). De wassing voorafgaand aan het gebed en de concentratie tijdens het gebed zorgen volgens haar voor een grote rust. Een 'smeekbede kun je altijd doen,' zegt ze bemoedigend terwijl ze blaadjes papier uitdeelt met daarop speciale smeekbedes tegen slapeloosheid. Tot slot noemt Samira de ontspannende werking van geduld tevens een adequaat middel tegen depressiviteit: "Heb vertrouwen. Geen rampspoed zo groot of er komt wel iets goeds uit" (Van Nieuwkerk 2007: 148).

Ook uit het onderzoek van Van der Valk et al. (2009; Van der Valk 2007; 2012) blijkt dat zowel jongere als oudere islamitische vrouwen met een Marokkaanse achtergrond religieuze copingstrategieën gebruiken om met conflicten, boosheid, frustratie, teleurstelling, verlies en verdriet om te kunnen gaan. Zij hebben bij spanningen baat bij religieuze zingeving, steun van geloofsgenoten en ervaren kracht en steun door te bidden tot God.

Coping door het ontwikkelen van een religieuze identiteit

Verskillende onderzoekers geven aan dat het ontwikkelen van een religieuze identiteit islamitische jongeren van Marokkaanse afkomst ondersteunt om met diverse problemen om te gaan. Ten eerste vermindert een islamitische identiteit spanningen met de ouders (Bartels 2005; Buitelaar 2007; 2009; Ketner 2010). Ten tweede biedt deze identiteit mogelijkheden voor emancipatie (De Koning 2008; Buitelaar 2007; 2009; Roex et al. 2010). Ten derde beschermt deze identiteit tegen discriminatie binnen de Nederlandse samenleving (Roex et al. 2010; Ketner 2010). En ten vierde geeft deze identiteit hen houvast en zekerheid (Roex et al. 2010). Wij zullen dit nader toelichten.

Ten eerste vermindert een islamitische identiteit spanningen die kunnen ontstaan omdat men disloyaal of ongehoorzaam is aan de ouders (Buitelaar 2007; 2009). Omdat veel ouders van Marokkaanse afkomst veel waarde hechten aan de islam, is het niet vreemd dat zij het waarderen als hun dochters de islam praktiseren. Dit stelt hen gerust. Hun dochters zullen zich daardoor conformeren aan hetgeen zij zelf ook belangrijk vinden en zij zullen zich op een gewaardeerde, respectabele wijze gedragen. Volgens Phalet & Ter Wal (2004) zijn juist religieuze en familiewaarden resistent tegen cultuurverandering, vanwege het belang van de verbondenheid met de ouders en de identificatie met de eigen groep. Dit betekent dat als deze jonge vrouwen de toestemming van hun ouders willen verkrijgen voor activiteiten buitenshuis, als zij conflicten willen voorkomen, of hun ouders geen verdriet willen doen, zij rekening moeten houden met hun religieuze en culturele opvattingen (Phalet et al. 2004; Buitelaar 2007; 2009). Een islamitische identiteit versterkt daardoor de verbondenheid en loyaliteit met de ouders, waardoor het vertrouwen toeneemt en de kans op ruzie en spanning afneemt.

Deze islamitische identiteit geeft deze ouders van deze jonge vrouwen de zekerheid dat hun dochters de belangrijkste waarden en normen die daarmee zijn verbonden, zullen respecteren. Het bevestigt dat hun dochter zich als jonge vrouw op een respectabele wijze zal gedragen en geen gedrag zal vertonen dat zij als ouders afkeuren. Als hun dochter zich als moslima gedraagt, maken zij zich minder zorgen als hun dochters buitenshuis verkeren en participeren in de Nederlandse samenleving. Zij kunnen hen dan met een gerust hart meer vrijheden toestaan. Daarbij gaat het vooral om een islamitische identiteit die geen aanleiding geeft tot vervreemding van de eigen ouders. Dus door zich op islamitisch verantwoorde wijze te presenteren en te gedragen, versterken deze hoogopgeleide moslima's het vertrouwen dat hun ouders in hen stellen. Door zich als moslima te gedragen en met behulp van op de islam gebaseerde argumenten, verkrijgen deze jonge ongehuwde vrouwen toestemming om deel te nemen aan activiteiten buitenshuis, zoals stages of schoolwerkweken (Ketner 2008; 2010). Door het vertrouwen van hun ouders,

verwerven zij meer bewegingsvrijheid die zij kunnen benutten voor studie, hun carrière of het ontmoeten van potentiële levenspartners.

Ten tweede geeft de islamitische identiteit vrouwen met een Marokkaanse achtergrond betere emancipatiemogelijkheden. Volgens Bartels (2005), Ketner (2010), De Koning (2008), en Buitelaar (2007; 2009) biedt het vertoog van moslima-zijn zowel naar de ouders als naar de Marokkaanse gemeenschap een succesvolle legitimering voor emancipatie. Deze identiteit vergroot hun kansen om zich binnen een door hun ouders en de eigen geloofsgemeenschap geaccepteerd kader te emanciperen. Roex et al. (2010) denken dat daarom de orthodoxe stroming van het salafisme voor jonge moslimvrouwen aantrekkelijk is:

In de salafistische islam zien vrouwen uit islamitische gezinnen ruimte voor een gelijkere verhouding tussen mannen en vrouwen. Zij gebruiken het salafisme als een manier om hun emancipatie in naam van de islam te bewerkstellingen (Roex et al. 2010: 140).

Een islamitische identiteit kan ook ondersteunen bij het zichzelf presenteren en legitimeren naar Nederlanders toe die niet tot de eigen geloofsgemeenschap behoren. Dit komt naar voren in het onderzoek van Bartels (2005) naar de wijze waarop moslimvrouwen van Marokkaanse afkomst het dragen van een hoofddoek legitimeren. Uit dit onderzoek blijkt dat deze moslima's benadrukken dat het dragen van een hoofdbedekking hun persoonlijke keuze is. Hiermee sluiten zij volgens Bartels (2005) aan bij het dominante vertoog binnen de Nederlandse samenleving, dat de nadruk legt op individualiteit en persoonlijke autonomie. Volgens Bartels (2005) werden deze moslima's zich door dit legitimeren naar Nederlanders bewust van hun eigen motivaties. Dit proces stimuleerde hun zelfreflectie en de persoonlijke legitimering van keuzes. De onderzoekers Jouili & Amri-Moazami (2006) wijzen ook op dit effect.

Ten derde biedt een islamitische identiteit bescherming tegen de negatieve beeldvorming in de Nederlandse media ten opzichte van de eigen etnische groep. Volgens Ketner & Buitelaar (2004) en De Koning (2009) reageren moslimjongeren op de negatieve beeldvorming van Marokkanen in de media door hun religieuze identiteit belangrijker te maken dan hun Marokkaanse identiteit. Deze religieuze jongeren distantiëren zich met behulp van hun geloof van de negatieve uitspraken van Wilders over de Marokkanen.

Volgens De Koning (2008), Ketner (2010) en Buitelaar (2009) biedt de religieuze identiteit een uitweg voor botsende loyaliteiten. Het zoeken naar een "zuivere" islam is zo te zien als een copingstrategie om de stigmatisering als Marokkaan én als moslim te hanteren. Volgens Roex et al. (2010) wordt de aantrekkingskracht van het salafisme gevoed door de coping met het negatief beeld van Marokkanen in de Nederlandse samenleving:

Jonge gelovigen van Marokkaanse afkomst creëren een eigen identiteit die zij los zien staan van de “falende” en “statusloze” Marokkaanse identiteit. Zij zien het salafisme als de echte islam en als bevrijding van “domme” tradities die in hun ogen nergens op gestoeld zijn. (...) Ze zijn er trots op om “echte” en “zuivere” moslims te zijn (Roex et al. 2010: 142).

Op deze wijze beschermen deze jongeren hun zelfbeeld, zij kunnen trots zijn op hun moslimidentiteit. Hoewel de islam ook in de Nederlandse media bekritiseerd wordt, biedt de identificatie met moslims toch veel kracht, omdat jongeren zich daardoor verbonden voelen met alle moslims in de wereld. Hun religieuze identiteit is daarmee een groepsoverstijgende identiteit. Verkuyten (2003) wijst hier ook op, de islamitische identiteit biedt deze jongeren een nieuwe vorm van solidariteit en verbondenheid met de internationale moslimgemeenschap de *umma*.

Daarbij is de moslimidentiteit volgens De Koning (2008) voor veel islamitische jongeren van Marokkaanse afkomst neutraler en meer geaccepteerd dan hun etnische identiteit. Zo is voor veel jongeren van Riffijnse afkomst hun Marokkaanse identiteit ambivalent, omdat zij zich als etnische groep vanuit de geschiedenis miskend voelen door de Marokkaanse overheid. Veel jongeren hebben interesse in hun Riffijnse achtergrond, zoals blijkt uit de Nederlandstalige Riffijnse websites. Op deze sites worden uitgebreide discussies over stamachtergronden gevoerd en is ook het onderzoek van Hart (1976) over de Riffijnse geschiedenis terug te vinden. Maar de Riffijnse identiteit is door de strijd in de Rif voor onafhankelijkheid ook dubbelzinnig, omdat sommige stammen als helden en anderen als verraders gezien worden (De Koning 2008).

Ten vierde biedt een sterke religieuze identiteit deze hoogopgeleide vrouwen van Marokkaanse afkomst een buffer tegen de onzekerheden waarmee zij in hun dagelijks leven worden geconfronteerd. Naast het verminderen van de spanningen met de ouders, het vergroten van hun emancipatiemogelijkheden en de bescherming tegen discriminatie, geeft deze identiteit hen op persoonlijk gebied zelfvertrouwen en zekerheid. Volgens Roex et al. (2010) is het salafisme daarom zo aantrekkelijk voor moslimjongeren. Deze orthodoxe stroming binnen de islam biedt hen een duidelijke identiteit en een helder kader voor zingeving. Een leven zonder islam ervaren salafistische moslima's als leeg en betekenisloos. Het praktiseren van de islam in hun dagelijks leven geeft hen voldoening, rust, structuur en meer geluk. Zij zijn zo beter bestand tegen onzekerheid over keuzes, problemen en tegenslag. Zij geloven dat God hen in het hiernamaals zal belonen voor hun beproevingen in het aardse leven. Dit geeft hen rust en dit helpt hen met spanningen om te gaan.

Coping door het ontwikkelen van een vroom-zelf

Sommige orthodoxe moslima's zijn dus sterk gericht op het ontwikkelen van vroomheid. Mahmood (2001a; 2001b; 2005) noemt dit het "ontwikkelen van een vroom-zelf" (*construction of a pious self*) om het proces te beschrijven dat zij heeft waargenomen bij islamitische vrouwen in een moskee in Cairo. Deze op vroomheid gerichte vrouwen versterken hun gevoel van zelfwaardering en persoonlijke autonomie door bewust sterke religieuze gevoelens op te roepen. Door voorafgaand aan hun *salaat*gebed aan hun angst voor de hel te denken, intensiveren zij hun geloofservaring. Door het ontwikkelen van een "vroom-zelf" met behulp van religieuze zelfdiscipline versterken deze vrouwen hun persoonlijke band met God. Dit vergroot hun gevoelens van vertrouwen, hoop, onderlinge steun, houvast en zelfwaardering.

Ook Jouili & Amri-Moazami (2006) herkennen dit ontwikkelen van vroomheid onder de moslima's uit hun onderzoek onder moslima's in Duitsland en Frankrijk. Ook deze islamitische vrouwen proberen door op gedisciplineerde wijze religieuze kennis toe te eigenen en deze toe te passen, zichzelf op ethisch gebied te verbeteren (Jouili & Amri-Moazami 2006: 635). In Nederland zien wij het gericht zijn op het ontwikkelen van vroomheid terug bij de islamitische moslima's van Marokkaanse afkomst in het onderzoek van Van Nieuwkerk (2007) in Rotterdam. Deze Rotterdamse vrouwen creëren met elkaar tijdens een les over de islam intensieve religieuze gevoelens bij het bidden van een smeekbede:

Op het emotionele hoogtepunt van de smeekbede vraagt Latifa God met verstikte stem om vergeving voor alle misstappen. Later legt ze uit op zulke momenten te worden overweldigd door *khashieya*, een gemoedstoestand waarin ontzag en dankbaarheid voor God samenkomen. Om mij heen hoor ik gesmoord gesnik (Van Nieuwkerk 2007: 147).

Ook de strenggelovige salafi's uit het onderzoek van Roex et al. (2010) willen hun vroomheid versterken. Zij zien tegenslagen als middel om standvastigheid in het geloof (*istiqama*) en een sterk *iman* te ontwikkelen (Roex et al. 2010).

Coping door het ontwikkelen van vrijdenkende religieuze opvattingen

Hoewel dit nog niet zo veel aandacht krijgt, zijn er ook vrouwen van Marokkaanse afkomst die een meer liberale, persoonlijke interpretatie van de islam ontwikkelen om beter met spanningen en problemen om te kunnen gaan. Deze vorm van religieuze coping komt naar voren in het boek van Choho (2006): "*Moslim unlimited, (over)leven in het wilde Westen*". Zij is zelf een hoogopgeleide vrouw van Marokkaanse afkomst. Volgens Choho (2006) komt veel pijn voort uit het gegeven dat veel mensen niet leven volgens hun eigen behoeften, dromen en verlangens, maar doen

wat anderen vinden en denken. Ook op religieus gebied. Choho (2006) beschrijft een andere manier van geloven:

De letterlijke betekenis van islam is “overgave aan de wil van Allah”. Ik vertaal het ook wel als ‘overgave aan Dat Wat Werkt’. Dat wat werkt is eerlijkheid, focus, verantwoordelijkheid, loslaten, accepteren, openheid, zelfzorg, dienstbaarheid. Wat werkt is je overgeven aan iets dat groter is dan je oude ideeën over jezelf en het leven. Wat werkt is je oude pijnlijke ideeën herkennen en het tegenovergestelde doen (Choho: 2006: 108).

Choho (2006) benadrukt een vorm van religieuze coping waarbij een liefdevolle relatie met God, zelfinzicht en reflectie centraal staan. Het gaat daarbij om eerlijkheid, zelfonderzoek, persoonlijke vrijheid en verantwoordelijkheid. Het contact met Allah ziet zij als het verbinding zoeken met een kracht die ondersteunt en helpt om de eigen gevoelens en verlangens te zien, te accepteren en na te streven. Zij adviseert om altijd uit te gaan van een liefdevolle verbinding met God en oude opvattingen kritisch te onderzoeken.

5.4.3.6. *Samenvatting*

In deze periode worden belangrijke veranderingen zichtbaar tussen de eerste en tweede generatie vrouwen van Marokkaanse afkomst. De positie van jonge vrouwen van Marokkaanse afkomst is verbeterd ten opzichte van de eerste generatie vrouwen (Farouki et al. 2007). Het opleidingsniveau onder jongeren van Marokkaanse afkomst is sterk gestegen, vooral onder vrouwen.

Ten aanzien van de religiositeit valt in deze periode op dat er meer jongeren van Marokkaanse afkomst zich op de islam zijn gaan oriënteren en dat sommigen daarbij een voorkeur hebben voor orthodoxe stromingen. Er ontstaat een verschil tussen de wijze waarop de oudere en de jongere generatie de islam praktiseren. Het beeld dat uit de analyse naar voren komt is dat voor de jongere generatie het bidden van de *salaat*gebeden belangrijker is geworden dan voorheen. Kennis over de islam is voor deze jongeren veel centraler komen te staan. Dit komt ook omdat zij gemakkelijk via het internet over informatie over de islam kunnen beschikken en zij via sociale media intensief met geloofsgenoten over de islam kunnen communiceren. Deze ontwikkeling heeft nieuwe vormen van islamitische religiositeit gestimuleerd, zoals naar voren komt in de neo-orthodoxe, of nieuwe fundamentalistische lifestyle, die geïnspireerd is door verschillende vormen van het salafisme.

De problemen die naar voren komen zijn naast gezinsproblemen ook het vormgeven van het eigen leven terwijl men tegelijkertijd ook rekening wil houden met waarden, normen, taboes, gebruiken en communicatiecodes die thuis en binnen de eigen Marokkaanse gemeenschap nog belangrijk worden gevonden. De toe-

nemende individualiteit en keuzevrijheid gaat gepaard met keuzestress en het balanceren tussen verschillende tegenstijdige werelden. Dit is voor deze vrouwen van Marokkaanse afkomst niet altijd even gemakkelijk, aangezien zij vaak ook loyaal willen blijven aan hun ouders. Daarnaast is in deze periode de kritiek op de islam in de media toegenomen hetgeen aan stress bijdraagt, vooral bij degenen die deze kritiek erg onterecht vinden en er emotioneel door worden geraakt. Ook degenen die ervoor kiezen om hun islamitische identiteit uit te dragen in hun kledingcode, kunnen spanning ervaren, vanwege hun herkenbaarheid als moslima in de publieke ruimte. De dreiging om als moslima gediscrimineerd te worden, is toegenomen. Tot slot is er ook meer sociale controle ontstaan binnen de groep van geloofsgenoten.

In deze periode zijn er veel meer copingstrategieën in beeld gebracht die binnen families van Marokkaanse afkomst en vooral door jonge vrouwen gebruikt worden om met hun stress en problemen om te kunnen gaan. Jongeren zoeken steeds meer steun bij elkaar om met hun “anders zijn” en de afwijzing van leeftijdsgenoten om te kunnen gaan. Zij zijn zich bewust geworden van dat zij als Marokkaan en als moslim binnen de Nederlandse samenleving te maken kunnen krijgen met afkeuring en discriminatie. Zij negeren dergelijke stigmatisering, of protesteren tegen onrecht. Zij zijn vindend in het combineren van de verschillende werelden van thuis en buitenshuis zonder in de problemen te komen. Daarbij maken zij vaak gebruik van confrontatievermijding. Verder relativeren zij hun situatie en maken zij er het beste van of bespreken zij hun problemen openlijk met de betrokkenen.

Er is in deze periode meer diversiteit in religieuze copingstrategieën ontstaan. Religieuze betekenisgeving, het naleven van religieuze plichten zoals bidden en het ontwikkelen van een sterke islamitische identiteit zijn meer op de voorgrond getreden. Deze heroriëntatie op het geloof van hun ouders is beïnvloed door ervaringen van deze vrouwen van Marokkaanse afkomst met discriminatie, buitensluiting en legitimeringsdwang. Zij hebben het gevoel zich als moslim steeds te moeten verantwoorden voor de inhoud van de islam. Daarbij zijn moslima's hun geloofsopvattingen gaan combineren met hun eigen wensen en verlangens. Opvallend is het ontwikkelen van vroomheid onder neo-orthodoxe moslima's. Deze jonge vaak hoogopgeleide vrouwen van Marokkaanse afkomst combineren daarbij hun geloofsopvattingen met feministische principes van gelijkheid tussen de seksen. Maar zij zijn niet de enige moslima's die dat doen. Ook de vrijzinnige vrouwen maken gebruik van een islamitisch vertoog om hun positie te versterken.

5.5. *Veranderingen in religie en coping*

5.5.1. *Inleiding*

Uit de voorgaande historische analyse blijkt dat de maatschappelijke positie, de religiositeit, de problemen en manieren van coping van de migrantenfamilies uit Marokko door hun verblijf en aanpassing aan de Nederlandse samenleving sterk zijn veranderd. Zo zijn er binnen deze migrantenfamilies door de verschillen in de mate van aanpassing aan de nieuwe samenleving spanningen tussen ouders en kinderen opgetreden. Deze spanningen houden verband met een andere kijk op de waarden, normen, gebruiken, opvattingen en tradities uit het herkomstland. Naast dergelijke intergenerationele spanningen zijn de migranten uit Marokko, hun kinderen en kleinkinderen in de loop der tijd in toenemende mate geconfronteerd met de discriminatie van hun etnische groep en hun geloof. Ook de jongere generatie heeft daarmee te maken, terwijl zij zich gezien hun hogere opleiding en participatie in de samenleving veel beter dan de eerste generatie uit Marokko hebben aangepast aan de Nederlandse samenleving. Uit onze analyse blijkt dat in het copingproces met dergelijke spanningsvelden voor veel jongeren van Marokkaanse afkomst het ontwikkelen van een islamitische identiteit belangrijk is geworden. In deze paragraaf kijken wij in het kort terug op dit veranderingsproces.

5.5.2. *Veranderingen in religiositeit*

Marokko kent een lange stedelijke traditie van religieuze kennisontwikkeling (Geertz 1968). Het naleven van religieuze voorschriften en vroomheid stonden daarbij centraal. De eerste arbeidsmigranten die in de jaren zestig en zeventig naar Nederland kwamen, zijn echter grotendeels afkomstig uit de plattlandsgebieden in het Noorden en Zuiden. Uit ons literatuuronderzoek komt naar voren dat de boeren in deze regio's voornamelijk een meer intuïtieve vorm van volksislam belijden waarbij tradities, heiligenverering en magische praktijken en een sterke religiositeit centraal staan. Hun religiositeit is gericht op devotie, maar is ook formalistisch, met een nadruk op geboden en verboden (Hart 1976). De mannen van het platteland leren op lokale koranscholen de soera's uit het hoofd reciteren. Plattelandsvrouwen hebben weinig toegang tot scholing over de islam. Zij zijn afhankelijk van de basale religieuze kennis die hun mannelijke familieleden hebben opgedaan in het lokale koranonderwijs. Deze plattelandsvrouwen zijn echter wel religieus ingesteld. Zij hebben ontzag voor God en de islam, gebruiken islamitische uitdrukkingen, bezoeken soms heiligengraven in de regio en zijn vertrouwd met magische rituelen.

Hun geloof in geesten is sterk en het is niet ongebruikelijk dat stress geuit wordt in bezetenheid.

Ook onder de eerste generatie ongeschoolde migranten uit Marokko die vanaf 1960 naar Nederland komen, zijn dergelijke religieuze tradities en gebruiken nog terug te zien (Hoffer 1996). Hoewel sommige Marokkaanse mannen van de eerste generatie zich in Nederland minder met de islam bezighouden, leven anderen zo veel mogelijk volgens de voorschriften van hun geloof. Zij zijn plichtgericht en geloven overwegend op meer traditionele wijze, met een sterke nadruk op magie, geesten en een onvoorwaardelijk sterk geloof in Allah en het lot (Shadid & Van Koningsveld 1990). Vooral de ongeletterde vrouwen van deze generatie beschikken ook in Nederland vaak over weinig religieuze kennis, zij zijn vaak op religieus gebied afhankelijk van de religieuze kennis van hun echtgenoot.

Uit het eerste onderzoek over de religieuze beleving van vrouwen van Marokkaanse afkomst in Nederland door Bartelink (1994) komt naar voren dat deze vrouwen over het algemeen nog weinig spreken over religieuze kennis of het bewust ontwikkelen van vroomheid. Ook tonen zij liever niet hun moslimse identiteit in het openbaar, zij willen in de Nederlandse samenleving zo min mogelijk opvallen. Sommigen van deze vrouwen zijn meer orthodox georiënteerd, terwijl anderen juist op een meer vrijzinnige of vrijblijvende wijze over hun geloof spreken. Bij deze laatste groep worden de *salaat* en smeekbedes minder vaak gebeden. Tegenslag wordt wel beschouwd als een beproeving van Allah om te leren standvastig en geduldig te zijn in het geloof (Bartelink 1994).

Onder invloed van internationale gebeurtenissen zijn de jongere moslims in West-Europa steeds meer gericht geraakt op het ontwikkelen van hun islamitische identiteit (Jouili en Amri-Moazami 2006; Bectovic 2011). Deze trend is door onderzoekers ook in Nederland waargenomen onder moslimjongeren van Marokkaanse afkomst (Phalet 2005; Bartels 2005; De Koning 2008). Dit wordt in verband gebracht met de toename van de kritische en vijandige houding tegenover de islam binnen de Nederlandse samenleving, waardoor islamitische jongeren steeds meer te maken krijgen met discriminatie en stigmatisering.

Sinds 2001 spitst het publieke debat zich in Nederland toe op de gevaren van de islam en de gevoeligheid van moslimjongeren voor radicalisering en moslimterrorisme. Volgens Phalet (2005) zijn de moslimjongeren in Nederland zich hierdoor meer bewust geworden van de grenzen die er tussen groepen bestaan. Hun vertoog ontwikkelt zich door de verscherping van de scheidslijn moslim - niet-moslim. Steeds meer moslimvrouwen van Marokkaanse afkomst dragen een hoofddoek. De hoofddoek is daarmee volgens Phalet (2005) een "*identity marker*" geworden. Volgens deze onderzoekster gaan de discussies onder moslimjongeren

over het wel of niet dragen van een hoofddoek, eigenlijk over groepsloyaliteit en groepsbinding. Ook Bartels (2005) wijst hier op.

Deze bewustwording heeft impact op de religiositeit van jongeren van Marokkaanse afkomst. Zij leren zich tegen discriminatie weren met behulp van een islamitisch vertoog. Nieuwe vormen van islambeleving die hen in hun moslim-identiteit versterken worden populair (De Koning 2008). Daarbij stellen jongeren zich kritisch op tegen de islambeleving van de oudere generaties. Het gevolg hiervan is dat veel jongeren bewust gaan nadenken over wat het geloof van hun ouders persoonlijk voor hen betekent. Zij gaan daar een eigen verhaal over ontwikkelen, voor zichzelf maar ook voor hun leeftijdsgenoten, voor hun ouders en voor niet-gelovige Nederlanders. Zij hebben kritiek op de culturele tradities, de magische praktijken en traditionele geloofsopvattingen. Zij beschouwen deze tradities als *haram*, omdat zij niet conform de regels van de ware islam zijn. Zij nemen het deze oudere generatie niet kwalijk omdat zij immers niet de kans hebben gehad om zich in de islam te scholen (De Koning 2008).

Een deel van deze jongeren zoekt naar zuivere, kennisgerichte, orthodoxe vormen van hun geloof (Roex et al. 2010). Een ander deel van deze jongeren distantieert zich van de mag/moet islam van hun ouders en van die van de nieuwe orthodoxe richtingen onder jongeren. Zij zoeken naar een meer persoonlijke, vrijzinnige islambeleving die zich laat combineren met emancipatie en zelfsturing. Sommige jongeren distantieëren zich van hun geloof zelf, al gebeurt dit nog niet geheel openlijk.

Het ontwikkelen van een islamitische identiteit gaat dus gepaard met het verwerven en uitwisselen van kennis over de islam, het intensiveren van het praktiseren van het gebedsritueel de *salaat* en het frequent thuis en met geloofsgenoten refereren aan de islam (Maliepaard & Gijsbert 2012). Binnen de Marokkaanse gezinnen en gemeenschap wordt er veel over de islam gesproken. Vrijwel niemand kan zich aan discussies over de islam en hoe dit geloof gepraktiseerd moet worden, onttrekken. De islam maakt een belangrijk deel uit van het publieke vertoog onder de tweede en derde generatie, zowel thuis, onder geloofsgenoten als met anderen in de Nederlandse samenleving.

De religiositeit van migrantenvrouwen van Marokkaanse afkomst is dus in een generatie tijd veranderd van een orthodoxe, devote, traditionele vorm van volksislam onder de eerste migrantengeneratie uit Marokko naar meer diversiteit in religieuze beleving en praktijken onder de tweede en derde generatie.

5.5.3. Verandering in stressoren en coping

De stressoren waarmee deze eerste migrantengeneratie afkomstig uit Marokko te maken heeft, zijn sterk ingekleurd door de adaptatie van henzelf en hun kinderen aan de Nederlandse samenleving. Deze aanpassing doet volgens Berry (1997) een groot beroep op de copingvaardigheden van immigranten. Het integreren in een nieuw land is niet altijd gemakkelijk. Er zijn vaak nieuwe copingvaardigheden nodig, omdat oude manieren van probleemhantering binnen de nieuwe context niet zo effectief meer zijn. Uit onze historische analyse komt naar voren dat er in Nederland steeds sprake is van discriminatie. Volgens Berry et al. (2006; 2010) reageren veel migranten op deze vormen van stress door het behouden en herwaarderen van de culturele tradities uit het herkomstland en het verstevigen van de solidariteit binnen de eigen groep. Het terugtrekken in de eigen wereld beschermt hen tegen de nadelige psychische gevolgen van stigmatisering en discriminatie. Dit proces zien wij ook onder de migranten van Marokkaanse afkomst in Nederland optreden. De eerste generatie overwegend laag of ongeschoolde ouders legt bij de opvoeding van hun kinderen veel nadruk op het behoud van religieuze en culturele tradities. Zij leren hun kinderen om rekening te houden met belangrijke taboes en gebruiken. Zo is het respectabele, kuise gedrag van hun dochters voor veel ouders nog steeds van belang en wordt er nog vaak over schaamte, eer en respect voor ouderen gesproken. Ouders zijn vaak nog gevoelig voor roddel en het schaden van hun familiereputatie. Zij willen niet dat hun ongehuwde dochters net als meisjes van Nederlandse afkomst experimenteren met seksualiteit. Maar in vergelijking met hetgeen men gewend is geweest in het herkomstgebied, zijn ook de traditionele rolpatronen tussen mannen en vrouwen binnen het gezin, in een generatie tijd ingrijpend veranderend. Het onvoorwaardelijke gezag van mannen over vrouwen wordt binnen gezinnen niet meer geaccepteerd. In de opvoeding van dochters en zoons is meer gelijkheid ontstaan. De meisjes worden in veel gezinnen net als jongens sterk gestimuleerd om te studeren en hun kansen in de nieuwe samenleving te benutten.

Door het participeren binnen de Nederlandse samenleving beschikken deze migrantenkinderen over andere kennis en vaardigheden dan hun ouders. Verschillende onderzoekers hebben geconstateerd dat veel jongeren van Marokkaanse afkomst heel vaardig werelden weten te combineren. Deze jongeren houden rekening met de taboes van de eerste generatie, maar zij willen wel meer openheid. Zo onderhandelen deze jongeren met hun ouders over hun wensen en verlangens. Daarnaast gebruiken zij vaak strategieën als confrontatievermijding: zij vermijden om over gevoelige onderwerpen te spreken, gaan hun ouders uit de weg, verzwijgen, of verhullen voor hun ouders het uitgaan met vriendinnen of vrienden.

Zij omzeilen taboeonderwerpen en gaan vaak hun eigen gang. Maar dit is niet altijd even gemakkelijk. Vooral voor ongehuwde thuiswonende dochters kan dit spanningsvol zijn. Zij proberen hun mogelijkheden te benutten, maar moeten daarbij steeds rekening houden met de normen van hun ouders ten aanzien van kuisheid en eervol gedrag. Zij willen van het leven genieten, met vriendinnen leuke dingen doen, zichzelf ontwikkelen, een interessante opleiding volgen, een goede baan vinden en daarnaast ook trouwen met de man van hun dromen die wordt geaccepteerd door hun ouders. Daarbij moeten zij steeds op hun reputatie als vrouw letten en moeten zij behoedzaam opereren op het gebied van relaties en seksualiteit. Welke rol speelt hun geloof daarbij?

5.5.4. Veranderingen in religieuze coping

Onderzoekers wijzen op de rol die de islam is gaan spelen bij het ontwikkelen van een eigen identiteit als migrantenjongeren van Marokkaanse afkomst in Nederland. Een islamitisch vertoog helpt hen bij het omgaan met discriminatie, spanningen en keuzes, het helpt hen bij het integreren in Nederland omdat het hen houvast en zekerheid biedt. De vormen van religieuze coping die de jongere generatie vrouwen van Marokkaanse achtergrond gebruiken, verschillen van die van de oudere generatie. Jonge moslima's accepteren onrecht en het lijden door anderen niet meer zoals de generatie van hun moeders als de wil van God waarbij zij zich moeten neerleggen. Zij beschikken over religieuze kennis en kunnen met behulp van argumenten anderen zoals hun ouders overtuigen van hun gelijk of hun wensen. Dit heeft te maken met de verschuiving in de machtsverhoudingen tussen mannen en vrouwen en ouders en kinderen. De jonge generatie vrouwen bevinden zich veel minder dan hun moeders in een afhankelijke positie, zij geven hun eigen leven vorm, lossen hun eigen problemen op en zoeken op hun eigen manier naar de vormen van religieuze coping die daarbij passen.

In het volgende hoofdstuk presenteren wij de conclusies, discussie en nabeschouwing van deze studie.

Hoofdstuk 6 Conclusies, discussie en nabeschuiving

6.1. Inleiding

Centraal in deze studie staat de vraag op welke wijze hoogopgeleide islamitische vrouwen van Marokkaanse afkomst in Nederland steun zoeken bij God en de islam wanneer zij met problemen worden geconfronteerd. Dit hoofdstuk bevat een presentatie van de conclusies, discussie en nabeschuiving van deze studie. Na een kort overzicht van de wijze waarop dit onderzoek is uitgevoerd en van de onderzoeksvragen en onderzoeksmethoden die daarbij zijn gebruikt, volgen in paragraaf 6.2. de conclusies van deze studie. De conclusies worden per onderzoeksvraag behandeld. Zij zijn gebaseerd op de kwantitatieve onderzoeksresultaten die in hoofdstuk 3 zijn weergegeven en het kwalitatieve onderzoek dat beschreven is in hoofdstuk 4. Daarnaast wordt verwezen naar hoofdstuk 5 waarin de invloed van de specifieke Nederlandse context is behandeld. In paragraaf 6.3. wordt er gereflecteerd over de beperkingen van dit onderzoek, de gebruikte onderzoeksinstrumenten en de gevonden onderzoeksresultaten in relatie tot de theorievorming over coping, religieuze coping en bidden zoals deze behandeld is in hoofdstuk 2. In paragraaf 6.4., in de nabeschuiving, worden de onderzoeksresultaten gerelateerd aan actuele ontwikkelingen.

De vraagstelling van dit exploratieve onderzoek was gericht op het inventariseren van de kenmerken van de religiositeit en religieuze coping van Nederlandse hoogopgeleide islamitische vrouwen van Marokkaanse afkomst. Daarbij hebben wij speciaal aandacht besteed aan de wijze waarop deze moslima's bidden. Om dit te onderzoeken zijn de volgende onderzoeksvragen geformuleerd:

“Welke kenmerken heeft de religiositeit en met name het bidedrag van hoogopgeleide moslima's van Marokkaanse afkomst? Op welke wijze gebruiken zij hun religiositeit en in het bijzonder het bidden bij het omgaan met problemen?”

Deze onderzoeksvragen zijn beantwoord met behulp van een kwantitatief onderzoek onder 177 respondenten dat beschreven is in hoofdstuk 3 en een kwalitatief onderzoek onder 13 respondenten dat in hoofdstuk 4 is weergegeven. Zoals toegelicht in hoofdstuk 3, paragraaf 3.2.1, is er voor de uitvoering van het kwantitatieve onderzoek een vragenlijst ontwikkeld, onder andere op basis van onderzoeksinstrumenten uit de godsdienstpsychologie. Deze vragenlijst is via de sneeuwbalmethode uitgezet onder hoogopgeleide vrouwen van Marokkaanse afkomst. Daarna hebben wij een kwalitatief onderzoek verricht waarbij er dertien

vrouwen uit deze groep van 177 zijn geïnterviewd. Bij deze vorm van onderzoek is een topiclijst met vragen gebruikt, die is toegelicht in hoofdstuk 4, paragraaf 4.2.1.

Tot slot is in hoofdstuk 5 de historische en maatschappelijke context behandeld waarmee hoogopgeleide, islamitische vrouwen van Marokkaanse afkomst in Nederland te maken hebben. Deze analyse is gebaseerd op cultureel antropologisch en sociologisch onderzoek, aangevuld met persoonlijke documenten van vrouwen uit deze groep migranten. Deze analyse verheldert de specifieke ontwikkelingen binnen de Nederlandse samenleving die invloed hebben gehad op de sociaaleconomische positie, de religiositeit, de specifieke problemen en de manieren van probleemhantering die bij migrantenfamilies van Marokkaanse afkomst vanaf hun vestiging in Nederland door onderzoekers zijn waargenomen.

6.2. Conclusies

6.2.1. Conclusies op basis van de eerste onderzoeksvraag

De eerste onderzoeksvraag luidt:

“Welke kenmerken heeft de religiositeit en met name het bidgedrag van hoogopgeleide moslima’s van Marokkaanse afkomst?”

Op basis van de beantwoording van deze onderzoeksvraag in hoofdstuk 3 en 4 zijn de volgende vier conclusies geformuleerd. Bij elke conclusie wordt in het kort toegelicht op welke onderzoeksresultaten deze conclusie is gebaseerd. Met betrekking tot de religiositeit van deze hoogopgeleide respondenten van Marokkaanse afkomst kan het volgende worden geconcludeerd.

6.2.1.1. Een intrinsieke religiositeit die bijdraagt aan hun welzijn

De eerste conclusie vanuit het kwantitatieve onderzoek onder 177 respondenten is dat de religiositeit van de hoogopgeleide islamitische respondenten van Marokkaanse afkomst uit deze studie overwegend intrinsiek te noemen is, dat wil zeggen dat hun geloof meer fungeert als levensdoel op zich dan als middel voor behoeftebevrediging. Vrijwel alle 177 respondenten vinden het belangrijk om het islamitische geloof in hun dagelijks leven te praktiseren. Hun band met God en het naleven van Zijn geboden en verboden, draagt volgens deze respondenten bij aan hun gevoel van welbevinden. Deze conclusie wordt bevestigd door het kwalitatieve onderzoek waarbij dertien vrouwen uit de groep van 177 zijn geïnterviewd. Ook uit deze interviews komt naar voren dat er bij deze respondenten sprake is van een

sterke religieuze oriëntatie en motivatie. Hun religiositeit draagt bij aan hun welzijn. Wij zullen deze conclusie eerst aan de hand van de kwantitatieve onderzoeksresultaten toelichten en vervolgens op basis van de kwalitatieve resultaten.

Uit het kwantitatieve onderzoek blijkt dat de religiositeit van de 177 respondenten gezien hun antwoorden op de Duke Religion Index van Koenig, Parkerson & Meador (1997) als intrinsiek beschouwd kan worden. Hun hoge score op de DRI geeft aan dat voor deze 177 hoogopgeleide, islamitische vrouwen hun geloof een levensdoel op zich is, en niet zozeer een middel om andere doelen te bereiken. Bijna alle respondenten kiezen bij alle drie items van deze schaal voor de antwoordmogelijkheden “helemaal mee eens” of “mee eens”. Hiermee geven zij aan dat zij de aanwezigheid van Allah in hun leven ervaren, dat hun geloof de kern van hun bestaan is en dat zij proberen om hun geloof in hun dagelijks leven te praktiseren.

Deze sterke intrinsieke religiositeit komt overeen met de hoge scores van de 177 respondenten op de Mature Religiosity Schaal (MRS) van De Vries-Schot (2006). De respondenten uit deze studie oriënteren zich in sterke mate op de islam, op islamitische waarden en zij voelen zich in hoge mate verbonden met God. Op basis van deze schaal is er bij deze moslima's sprake van een volwassen vorm van religiositeit. Dit wil zeggen dat de grote meerderheid van deze respondenten geloven vanuit overtuiging en vertrouwen in God en niet vanuit persoonlijk voordeel of vanuit angst. Hun geloof motiveert hen om voor het goede te kiezen, ook als dit moeilijk is. En in tijden van tegenslag vertrouwen zij op God. Hun geloof ondersteunt hen in hun eigenwaarde en identiteit.

Dat deze islamitische respondenten zich prettig voelen bij God blijkt uit het gegeven dat de grote meerderheid van hen hoog scoort op de schaal voor het meten van religieus welzijn, de Religious Well-Being Scale van Paloutzian & Ellison (1982). Zij ervaren God overwegend als liefdevol, steunend en persoonlijk bij hen betrokken. Hun verbondenheid, liefde en vertrouwen ten aanzien van God (*God affiliation*) is groot. Er is onder deze 177 islamitische respondenten nauwelijks sprake van een negatief gevoel naar God (*God alienation*). Zo vinden ongeveer negen van de tien moslima's dat God persoonlijk in hun dagelijkse bezigheden geïnteresseerd is; dat God van hen houdt; hen persoonlijke kracht en ondersteuning geeft en dat hun relatie met Allah bevredigend is. De meeste respondenten kiezen daarbij zelfs voor de hoogste positieve antwoordmogelijkheid.

De bovengenoemde drie schalen voor het meten van religiositeit zijn in sterke mate aan elkaar gerelateerd. De onderlinge correlaties tussen de DRI, de RWBS en de MRS zijn vrijwel even hoog, zij variëren van 0.76 tot 0.79.

Deze sterke positieve, intrinsieke religiositeit en de hechte band met de islam en met God worden bevestigd door de kwalitatieve onderzoeksresultaten.

Deze zijn gebaseerd op dertien interviews met vrouwen uit de groep van 177 moslima's. Alle dertien geïnterviewde vrouwen zijn gemotiveerd om volgens de islam te leven. De keuze voor de islam en de band met God ervaren zij als iets waardevols en persoonlijks. Zij zijn van mening dat hun geloof bijdraagt aan hun welzijn. De islam geeft hen door de duidelijke richtlijnen houvast in hoe zij hun dagelijks leven in Nederland kunnen vormgeven. Het naleven van de vijf islamitische zuilen geeft hen het gevoel dat zij voor het goede kiezen, voor hetgeen waar God van houdt. Bidden tot God speelt daarbij een belangrijke rol. Dus naast positieve religieuze attituden en gevoelens zijn ook religieuze handelingen zoals bidden belangrijk voor hun welzijn.

De islam inspireert deze dertien geïnterviewde hoogopgeleide moslima's met een Marokkaanse afkomst om islamitische waarden na te leven. Zo willen zij onvoorwaardelijk in God geloven en op God vertrouwen. Sociaal zijn en het verrichten van "goede daden" vinden zij heel belangrijk. Zij willen hun ouders respect betonen, zoals God dit van hen vraagt. Zij willen vredelievend in het leven staan en het oordeel over andere mensen aan God overlaten. Zij willen zich rechtvaardig en hulpvaardig naar hun medemens opstellen en een deel van hun inkomen aan arme mensen schenken. Het nastreven van deze waarden geeft hen het gevoel dat zij kiezen voor het goede, voor de weg van God.

Deze intrinsieke religiositeit draagt bij aan hun welzijn, doordat deze identificatie met islamitische waarden en de sterke verbondenheid met God, hun ouders, hun familie en de islamitische geloofsgemeenschap hun zelfwaardering versterkt. Deze religiositeit verzekert hen van een sterke identiteit, waaraan zij houvast en zekerheid ontleen.

6.2.1.2. Islamitische gebeden worden veel gebeden en geven rust

De tweede conclusie is dat de moslima's uit deze studie vaak islamitische gebeden bidden. Vooral de *salaat* wordt frequent gebeden. Dit voor moslims verplichte rituele gebed wordt verbonden met het vinden van rust en ontspanning. Deze conclusie is gebaseerd op de hoge bidfrequentie die in het kwantitatieve onderzoek onder de 177 respondenten is vastgesteld. Vooral het bidden van de *salaat* komt bijna altijd voor. Naast positieve religieuze attituden en gevoelens treden dus ook religieuze handelingen op de voorgrond. Dit blijkt ook uit de uitspraken van de dertien moslima's die bij het kwalitatieve onderzoek geïnterviewd zijn. In deze interviews geven deze respondenten aan dat zij vinden dat bidden hen goed doet. Het bidden tot God, zowel in het *salaat*gebed als bij smeekgebeden, geeft hen naast rust, ook kracht en vertrouwen. Wij zullen dit nader toelichten.

Vanuit het kwantitatieve onderzoek blijkt dat de 177 moslima's uit deze studie veelvuldig bidden en dat zij daarbij gebruik maken van verschillende rituele

gebedsvormen die binnen de islam gebruikelijk zijn. De grote meerderheid (88%) van de 177 respondenten bidt frequent³⁹ het verplichte *salaat*gebed. Daarnaast bidt iets minder dan de helft (48%) vaak smeekbedes. Dat zij ook naast deze twee gebedsvormen bidden, blijkt uit het gegeven dat iets meer dan de helft (53%) van de respondenten ook nog frequent op een andere wijze bidt.

De respondenten combineren verschillende soorten islamitische gebeden. Dit blijkt uit de onderlinge correlaties tussen de bidfrequenties van de *salaat*, de smeekbedes en andere gebeden. Daarbij is het verband tussen het frequent bidden van smeekbedes en het vaak bidden van andere gebedsvormen het sterkst ($r = 0.39$), gevolgd door het verband tussen de bidfrequentie van smeekbedes met die van de *salaat* ($r = 0.32$). De correlatie tussen het frequent bidden van de *salaat* met het frequent bidden van andere gebedsvormen is lager ($r = 0.19$). Deze correlaties geven aan dat een hoge frequentie van het bidden van smeekbedes -meer dan het bidden van de *salaat*- verwijst naar het tevens veelvuldig bidden van andere islamitische gebeden.

Uit het kwalitatieve onderzoek blijkt welke andere gebeden er buiten de *salaat* en de smeekbedes door deze moslima's worden gebruikt. De geïnterviewde respondenten bidden regelmatig islamitische beschermingsformules en soms korte *dhikr*gebeden om God te loven. Daarnaast eren zij God door het aanroepen van Zijn naam in uitdrukkingen zoals: "In de naam van God", of "God is groot". En ook richten zij zich in hun eigen woorden tot God.

Maar de geïnterviewde respondenten associëren het woord "bidden" toch vooral met het bidden van het *salaat*gebed. Dit gebed staat in de aanbidding van God centraal, het is de tweede zuil van de islam. De *salaat* is volgens de overtuiging van de respondenten essentieel voor hun welzijn in het hiernamaals, omdat zij in dit gebed de geloofsbelijdenis uitspreken -dit is de eerste zuil van de islam-, God eren, om vergeving van hun zonden vragen en God tonen dat zij deze belangrijke gebedsplicht vervullen.

De meeste geïnterviewde respondenten bidden de *salaat* nooit buitenshuis, maar thuis in hun eigen omgeving. Moskeebezoek is voor moslima's niet verplicht en de meeste respondenten bezoeken alleen tijdens de Ramadan een gebedshuis. Vrijwel alle geïnterviewden halen meestal na thuiskomst de niet op de vaste gebedstijden verrichte *salaat*gebeden in. Buitenshuis spreken zij meestal smeekbedes uit, of gedenken zij God op een andere manier, bijvoorbeeld door Hem in gedachten te bedanken of te eren.

Het op dagelijkse basis bidden van het verplichte *salaat*gebed ervaren de meeste respondenten als zinvol, omdat God dit gebed waardeert en zij zo laten zien

³⁹ De hier genoemde percentages zijn gebaseerd op de samenvoeging van de percentages van de antwoordcategorieën "vaak" en "altijd".

dat zij Hem respecteren en Hem liefhebben. Het verrichten van dit rituele gebed vinden zij prettig doordat zij zich tijdens dit gebed het sterkst met God verbonden voelen en omdat dit rituele gebed hen tot rust brengt. De *salaat* geeft hen daarnaast vaak een gevoel van voldoening en gemoedsrust, omdat het vervullen van deze belangrijke religieuze plicht belangrijk is voor hun spirituele welzijn. Op deze wijze verdienen zij in hun beleving zegeningen (*hasanat*) ten behoeve van het paradijs.

Het bidden van het *salaat*gebed is ook belangrijk als de respondenten God in een smeekgebed een persoonlijk verzoek willen doen. Want vanuit hun religieuze socialisatie hebben zij geleerd dat zij eerst God moeten eren voordat zij Hem iets persoonlijks mogen vragen. Net als veel andere moslims spreken de respondenten hun smeekbeden uit tijdens en direct na de *salaat*.

Deze smeekbeden, *doua's*, worden in gestandaardiseerde of in vrije vorm uitgesproken. In deze persoonlijke gebeden vragen de respondenten God hen en hun dierbaren te steunen in hun dagelijks leven. Zij doen dan verzoeken ten behoeve van hun eigen persoonlijke welzijn, en/of dat van hun dierbaren op aarde of in het hiernamaals. Zo vragen zij bijvoorbeeld of God het hen “gemakkelijker wil maken”, of “het goede dichterbij wil laten komen”. In een vrij smeekgebed uiten zij zich in hun eigen woorden richting God. In dergelijke gebeden kunnen zij zich laten gaan en hun hart bij God luchten en Hem vertellen wat hen overkomen is, of wat hen raakt.

De vromen onder de respondenten eren God daarnaast ook regelmatig in *dhikr*gebeden, dit zijn korte lofgebeden die veelvuldig worden herhaald, of zij roepen vaak de naam van God aan. Ook komt het voor dat de respondenten aan God denken, of zich in gedachten tot Hem richten en Hem iets vertellen of vragen.

Bidden roept soms ook spanningen op. Deze spanningen ontstaan als de respondenten menen dat hun *salaat*gebeden niet met voldoende overgave en concentratie zijn verricht, omdat zij tijdens het reciteren worden afgeleid door gedachten aan andere zaken. Sommigen zien dit als de “influisteringen van de duivel”. Zij zijn dan bang dat God hen hiervoor geen zegeningen geeft.

Daarnaast roept het bidden van de *salaat* soms angst voor de hel op. Omdat vrijwel alle respondenten de hel als een realiteit ervaren, kan het nadenken over hun zonden hun vrees voor de hel vergroten. Zij voelen zich dan onzeker over wat hen na hun overlijden te wachten staat. Sommige geïnterviewde respondenten hechten waarde aan hun angst voor de hel, omdat zij hierdoor gemotiveerd zijn om zich aan Gods voorschriften te houden en Hem dagelijks in de *salaat* te aanbidden.

6.2.1.3. Vier verschillende varianten van bidden

Een derde conclusie is dat er op basis van het kwantitatieve onderzoek onder 177 hoogopgeleide islamitische vrouwen van Marokkaanse afkomst, zoals is aange-

geven in hoofdstuk 3, vier verschillende bidvarianten te onderscheiden zijn, namelijk één die op de religieuze traditie gebaseerd is, één die vooral op crisismomenten wordt gebruikt, één waarbij wat plaats en tijd betreft op een onvoorwaardelijke wijze wordt gebeden en één waarbij denkactiviteiten centraal staan. Deze vier bidvarianten zijn ook terug te vinden in de wijze waarop in het kwalitatieve onderzoek de dertien geïnterviewde respondenten over hun manier van bidden vertellen.

Op basis van de bidvariantenitems van Bänziger, Janssen & Van Uden (2005) blijkt dat de islamitische respondenten bidden associëren met aanbidding, danken en het vragen om vergeving, steun en kracht. Zij bidden op een manier die overeenkomt met hun religieuze traditie, zie ook paragraaf 2.5. Zij bidden om God te danken, voor vergeving van zonden en niet zozeer vanuit concrete vragen en behoeften. Er is bij hun wijze van bidden eerder sprake van het uiten van emoties naar God, het vragen om steun, waardoor zij getroost worden en weer gaan vertrouwen in de toekomst, dan dat zij bidden voor concrete wensen of vanwege materiële behoeften. Dit komt overeen met een meer intrinsieke vorm van geloven, zoals ook blijkt uit hun scores op de schaal voor het meten van intrinsieke religiositeit, de DRI, en die voor het meten van een volwassen vorm van religiositeit, de MRS.

Om de kenmerken van de wijze van bidden te kunnen vaststellen, is er een principale componentenanalyse uitgevoerd op de antwoorden van de respondenten op de bidvariantenitems van Bänziger, Janssen & Van Uden (2005). Daarbij is er gekozen voor een oplossing in vier factoren, die verwijzen naar vier te onderscheiden gebedsvarianten. Van elk van deze vier factoren is een schaal gevormd. Deze vier schalen hebben wij respectievelijk het religieus, het crisisgebed, onvoorwaardelijk bidden en het reflectief gebed genoemd. Op deze wijze is vastgesteld hoeveel moslima's uit de groep van 177 respondenten op basis van een score op één van deze schalen een bepaalde gebedsvorm bidden.

De eerste bidvariant is het religieus gebed genoemd, op basis van de kenmerkende eigenschappen van deze vorm van bidden. Deze bidvariant bestaat uit de volgende items: het vragen om vergeving; het bidden om steun of kracht; het gevoel van contact met Allah; het verkrijgen van kracht en steun; het hart luchten tijdens het bidden; het bidden om innerlijke rust; het in zichzelf keren; het bedanken van Allah en het dingen aan Allah vragen. Gezien de inhoud van deze items, verwijst deze manier van bidden naar een persoonlijke band met Allah waarbij emoties worden geventileerd. Deze vorm van bidden past bij de religieuze traditie waartoe de respondenten behoren. Het kan daarbij gaan om het op dagelijkse basis bidden van de *salaat* gecombineerd met smeekbedes. De bidvariant het religieus

gebed komt het meeste voor. Ongeveer 7 van de 10 respondenten bidden deze variant vaak tot altijd.

De tweede bidvariant, het crisisgebed, verwijst naar het bidden op crisishartige momenten. De items van deze gebedsvariant zijn: ik bid als ik mij verdrietig voel; moeilijke momenten zijn voor mij een aanleiding om te bidden; ik bid als ik iets nodig heb en als ik geconfronteerd word met ziekte of dood ga ik bidden. De items waaruit deze schaal bestaat, geven dus aan dat deze manier van bidden plaats vindt naar aanleiding van moeilijke omstandigheden die emoties oproepen, zoals ziekte en de dood. Iets meer dan een derde van de respondenten bidt het crisisgebed vaak tot altijd.

Een derde bidvariant hebben wij onvoorwaardelijk bidden genoemd. De items van deze bidvariant zijn: het bidden overal waar het uitkomt; in de moskee; spontaan in de natuur en op vaste momenten. Het gaat om een manier van bidden die ongeacht waar men zich bevindt, zowel spontaan als op vaste tijden kan plaatsvinden. Deze items verwijzen naar een manier van bidden waarbij er geen voorwaarden aan plaats of tijd worden gesteld. Slechts een klein aantal (ongeveer 5%) van de respondenten heeft een hoge score (vaak tot altijd) op deze bidvariant.

Een vierde bidvariant is aangeduid met de term: het reflectief gebed. Deze gebedsvariant bestaat uit twee items, namelijk het tijdens het gebed overdenken van allerlei gebeurtenissen en het op een rijtje zetten van gedachten. Ruim 40% van de 177 respondenten bidt het reflectief gebed vaak tot altijd.

Dus onder de groep van 177 komt de religieuze gebedsvariant het meeste voor, daarna het crisisgebed en dan het reflectief gebed. Een kleinere groep vrouwen bidt op een wijze die gekenmerkt wordt door het niet gebonden zijn aan tijd- en plaatsbepalingen. Deze gebedsvorm hebben wij aangeduid met de term: onvoorwaardelijk bidden.

Op basis van de onderlinge correlaties tussen deze gebedsvariantschalen blijkt dat de combinatie van het religieus en het crisisgebed het meeste voorkomt ($r=0.59$) en de combinatie van het onvoorwaardelijk bidden met het reflectief gebed het minste ($r=0.17$).

Uit de onderlinge correlaties tussen de gebedsvarianten en de bidfrequentie van islamitische gebeden is op te maken dat zowel degenen die het religieus gebed bidden als degenen die op een onvoorwaardelijke wijze bidden, frequent islamitische gebeden gebruiken. Er doen zich echter verschillen tussen beide groepen bidders voor in de frequentie waarop zij bepaalde islamitische gebeden bidden. Bij onvoorwaardelijk bidden is de correlatie het hoogste met het frequent bidden van de *salaat* ($r=0.46$), terwijl bij het religieus gebed juist de correlatie met het frequent bidden van smeekbeden het hoogst is ($r=0.43$). Omdat de *salaat* als een rituele vorm van bidden beschouwd kan worden, zoals is beschreven in paragraaf

2.5. en smeekgebeden gezien kunnen worden als mogelijkheden om God iets persoonlijks te vragen, kan dit betekenen dat degenen die op een onvoorwaardelijke wijze bidden meer op rituele en onpersoonlijke vormen van bidden gericht zijn, dan degenen die het religieus gebed bidden.

Bij het crisisgebed zijn de correlaties met de bidfrequentie minder groot. Er zijn zwakke significante verbanden met het bidden van smeekbedes en het bidden van de *salaat*. Bij het reflectief gebed zijn er nauwelijks relevante significante verbanden geconstateerd met de bidfrequentie van de *salaat*, smeekbedes en andere gebedsvormen. Daardoor kunnen we daar geen nadere invulling van deze bidvariant aan ontleen.

Ook uit de kwalitatieve onderzoeksgegevens blijkt dat de dertien geïnterviewde respondenten verschillende bidvarianten naast elkaar gebruiken, of met elkaar combineren. Zo kan een religieus gebed overgaan in een reflectief gebed. Ook komt naar voren dat sommige op vroomheid gerichte moslima's een voorkeur hebben voor een onvoorwaardelijke manier van bidden. Deze verschillen worden in de volgende paragraaf toegelicht.

6.2.1.4. *Verschillen in religiositeit en bidedrag tussen moslima's*

Een vierde conclusie is dat de islamitische respondenten onderling van elkaar verschillen in religiositeit en bidedrag, al zijn de onderlinge verschillen niet heel groot. Bij de kwantitatieve onderzoeksresultaten zijn er relatief kleine verschillen vastgesteld in de mate van religiositeit en de frequentie en manieren van bidden tussen de 177 respondenten. Zo zijn er relatief kleine verschillen tussen de respondenten in hun schaalscores ten aanzien van de DRI, de MRS, de RWBS, de frequenties van het bidden van islamitische gebeden en de bidvariantschalen. Deze verschillen in religiositeit en bidedrag tussen de respondenten komen echter duidelijker naar voren in het kwalitatieve onderzoek.

Sommige geïnterviewde respondenten getuigen van een meer precieze dat wil zeggen plichtgerichte, Godvrezende, devote religiositeit en andere vrouwen benadrukken meer een rekkelijke, dat wil zeggen een vrijdenkende en vertrouwensvolle vorm van geloven. Dit komt bijvoorbeeld tot uitdrukking in de strenge of juist vrije manier waarop deze vrouwen hun gebedsplicht naleven. Op basis van de kwalitatieve analyse zijn deze verschillen geduid als verschillen tussen vrouwen die zich vroom, vertrouwensvol, twijfelend of juist meer vrijdenkend opstellen.

Daarbij moet echter wel in ogenschouw genomen worden dat er tussen deze vier groepen moslima's geen scherpe scheidslijnen te trekken zijn en dat zich ook binnen een groep verschillen in religiositeit en bidedrag voordoen. Maar deze indeling in vier typen moslima's brengt wel het verschil in vertoog in beeld tussen

vrouwen die vooral willen leven volgens hun geloof en vrouwen die meer gericht zijn op het combineren van hun geloof met hun wereldse levensdoelen.

Het religieuze vertoog van vrome moslima's

De eerste groep (van vier vrouwen) hebben wij de “vrome moslima's” genoemd. In hun religieuze vertoog staan religieuze waarden en doelen, het ontzag en de liefde voor God, het belang van het hiernamaals, het naleven van religieuze plichten, zoals het op tijd bidden van de *salaat*, het verwerven van religieuze kennis en religieuze emoties centraal.

Tijdens het interview vertellen deze moslima's over hun sterke motivatie om de islam te praktiseren. De islamitische waarden die bij hen centraal staan zijn de devotie, overgave en trouw aan God. Zij zijn gericht op het dienen van God en het respecteren van hun ouders. Zij willen bijdragen aan het welzijn van hun medemens door in de ogen van God een goed mens te zijn. Zij willen anderen vergeven en zijn gericht op het verdiepen en uitdragen van hun religieuze kennis. In hun dagelijks leven geven zij voorrang aan hun religieuze doelen. Omdat God voor hen zo belangrijk is, bidden zij zoveel mogelijk hun *salaat*gebeden op vaste gebedstijden, ook als zij zich buitenshuis bevinden. Zij ervaren bidden als het onderhouden van de belangrijkste relatie die er voor hen bestaat, hun relatie met God. Zij koesteren een diep verlangen om op bedevaart naar Mekka te gaan. Zij vertellen tijdens het interview spontaan over religieuze emoties zoals hun dankbaarheid en liefde naar God, hun ontroering en verwondering over Zijn schepping, de schoonheid van de islam, hun wroeging en berouw over zonden uit het verleden en hun pijn en verontwaardiging in verband met de negatieve beeldvorming over de islam binnen de Nederlandse samenleving. Deze “vrome” moslima's verdiepen zich in de “ware” islam en dragen deze kennis naar anderen uit, ook naar de interviewer.

De “vrome moslima's” vinden het fijn om de *salaat* te bidden. Het verrichten van dit rituele gebed geeft hen een gevoel van voldoening, innerlijke rust en gemoedsrust. Zij streven er naar om dit gebed met volledige overgave en vanuit de juiste concentratie te bidden. Zij storen zich daarom aan gedachten die spontaan tijdens het reciteren van gebeden opkomen, omdat hierdoor hun concentratie op God tijdens het bidden afneemt.

Naast de *salaat*gebeden bidden “vrome” moslima's vaak andere gestandaardiseerde gebedsformules in het klassiek Arabisch, waarin zij God prijzen of Zijn naam aanroepen. Dit doen zij tijdens de maaltijd of op andere momenten van de dag om op deze wijze hun dankbaarheid aan God te tonen. Zij spreken soms ook korte lofgebeden (*dhikr*gebeden) uit tijdens de *salaat*, of spontaan bij het zien van de schoonheid van de door God geschapen natuur. Deze vrouwen bidden daarnaast ook op een vrije manier tot God door Hem in hun gedachten in het Nederlands aan

te spreken. Zij voelen zich door hun manier van bidden de gehele dag door verbonden en beschermd door God. Deze moslima's ervaren het niet mogen bidden van de *salaat* tijdens de menstruatie, in verband met onreinheid, als een gemis.

De wijze waarop de vier "vrome moslima's" over hun wijze van bidden vertellen, komt overeen met hun score op het onvoorwaardelijk bidden, die hoger is dan die van de andere geïnterviewden. Daarnaast bidden deze vier geïnterviewde vrome respondenten ook het religieus gebed, het crisisgebed en het reflectief gebed.

Het religieuze vertoog van vertrouwensvolle moslima's

Een tweede groep van vier vrouwen, die wij de "vertrouwensvolle moslima's" hebben genoemd, gelooft ook onvoorwaardelijk en met hart en ziel in God, maar zij stellen zich minder devoot en plichtsgetrouw op dan de "vrome moslima's". De wijze waarop zij over de islam en God spreken, getuigt vooral van een groot vertrouwen in God. Zo maken zij zich veel minder dan de op vroomheid gerichte moslima's zorgen over het op juiste wijze of het op tijd verrichten van hun gebedsplicht. Zij menen dat God hen dit niet zal aanrekenen omdat Hij immers hun goede bedoelingen ziet.

Deze moslima's vertrouwen onvoorwaardelijk op de liefde en steun van God. De islamitische waarden die bij hen domineren zijn het te allen tijde vertrouwen op God, het niet oordelen over anderen, het zich inzetten voor hun medemens en het respecteren van hun ouders. Daarnaast zijn zij er van overtuigd dat zij hun religieuze doelen met hun wereldse ambities kunnen combineren. Zij hechten veel waarde aan het ontwikkelen van hun vaardigheden door te studeren. Zij zijn druk met het vormgeven van hun carrière. Naast hun relatie met God vinden zij de relaties met hun dierbaren en hun medemensen essentieel. Zij spreken tijdens het interview minder over het belang van het hiernamaals, hun angst voor de hel of hun wroeging om zonden. Kortom deze "vertrouwensvolle moslima's" spreken meer over een islam van "mogen" dan van "moeten". Zij stellen zich meer "rekkelijk" op, zij vertrouwen op Gods liefde en barmhartigheid en de vergeving van hun zonden.

De "vertrouwensvolle moslima's" leggen minder dan de "vrome moslima's" de nadruk op het zorgvuldig naleven van hun religieuze plichten en het opdoen van kennis over de islam. Zij bidden veel, maar zij zijn minder nauwgezet in het op tijd bidden van de *salaat*. De *salaat*gebeden die zij niet op tijd hebben kunnen verrichten, halen zij na thuiskomst in. Zij bidden dus minder overal waar het uitkomt en bidden ook nauwelijks in de moskee of in een speciale gebedsruimte, zoals de "vrome moslima's".

Ook de "vertrouwensvolle moslima's" roepen vaak Gods naam aan, maar zij leggen minder de geloofsregels aan anderen uit dan de "vrome moslima's". Hun

islamitische identiteit is voor hen belangrijk omdat zij zich vanuit deze identiteit aan de buitenwereld willen presenteren. Het bewust uitkomen voor hun islamitische identiteit, versterkt hun zelfvertrouwen.

In de wijze waarop deze “vertrouwensvolle moslima’s” bidden weer- spiegelen zich hun wereldse relaties. Zij vragen God vaak om hen in hun dagelijks leven te steunen, henzelf en hun dierbaren. Dit blijkt ook uit hun hoge scores in het kwantitatieve onderzoek op het frequent bidden van smeekbeden en op het religieus gebed en het crisisgebed. In deze vormen van bidden kunnen immers emoties geuit worden over gebeurtenissen uit het dagelijks leven waarbij anderen zijn betrokken. Dit staat in tegenstelling tot het bidden van het *salaat*gebed, waarbij het aanbidden van God centraal staat.

Het religieuze vertoog van twijfelende moslima’s

Een derde groep omvat twee vrouwen die de “twijfelende moslima’s” zijn genoemd. Uit het religieuze vertoog van deze twee moslima’s spreekt een zekere mate van ambivalentie jegens God en Zijn bedoelingen. Deze moslima’s twijfelen niet zo zeer aan de islam of aan het bestaan van God, maar zij zijn onzeker over wat God met hen voor heeft. Beide vrouwen zijn zich bewust van hun religieuze plichten en zij onderschrijven islamitische waarden zoals overgave aan God, de zorg voor hun medemens en het respecteren van hun ouders. Maar in deze fase van hun leven geven zij prioriteit aan hun wereldse doelen. Vanuit hun angst voor de hel en de onzekerheid of God hen zal vergeven, maken zij zich zorgen over wat hen te wachten staat in het hiernamaals. Bij één van hen was er in verband met tegenslag ooit sprake van religieuze twijfel. Voor deze “twijfelende moslima’s” is God heel belangrijk als steun, maar hun beeld van God komt meer over als streng en ondoorgrondelijk dan als liefdevol en vergevingsgezind.

Ook deze “twijfelende moslima’s” vinden de islam heel belangrijk in hun leven, maar zij zijn minder onvoorwaardelijk gericht op hun geloof dan de “vrome moslima’s”, omdat zij ook veel waarde hechten aan hun wereldse relaties. Zij spreken minder vanuit vertrouwen op God dan de “vertrouwensvolle moslima’s”. Deze vrouwen bidden de *salaat* uit plichtsbesef, omdat zij hierdoor meer kans maken op het paradijs. Zo zegt één van hen dat zij zoveel mogelijk de gebedsplicht vervult, want: “Dan zit dat wel goed”. En als deze moslima’s geen *salaat*gebeden mogen bidden in verband met hun menstruatie, ervaren zij dit meer als een soort vakantie dan als een gemis, zoals de “vrome moslima’s” dat ervaren.

Uit het kwantitatieve gedeelte van het onderzoek komt naar voren dat deze twee vrouwen in iets mindere mate dan de “vrome” en “vertrouwensvolle moslima’s” het religieus gebed bidden. Zij scoren niet uitgesproken hoog op het crisisgebed.

Het religieuze vertoog van vrijdenkende moslima's

Een vierde groep bestaat uit drie vrouwen die de “vrijdenkende moslima's” zijn genoemd. Deze vrouwen zijn vooral gericht op hun wereldse leven. Op religieus gebied stellen zij zich veel minder plichtsgericht op dan de andere tien geïnterviewde respondenten. Zij geloven onvoorwaardelijk in God, maar zij spreken op een meer persoonlijke, vrijdenkende en kritische wijze over hun geloofsbeleving. De islamitische waarden die bij hen domineren zijn vertrouwen in God, hulpvaardigheid, de zorg voor hun medemens en het respecteren van hun ouders. Zij ervaren het als Gods opdracht om goed te zijn voor anderen en zich in te zetten voor het welzijn en de emancipatie van hun medemens.

De “vrijdenkende” vrouwen voelen zich moslima, maar hun interpretatie van de islam is vooral te duiden als liefdevol, tolerant en niet streng, straffend of eisend. Zij leven minder dan de andere moslima's hun religieuze plichten strikt na of zijn minder bang voor de hel. Zij dragen hun islamitische identiteit niet expliciet uit door in hun communicatie met anderen regelmatig aan God of de islam te refereren. Twee van hen dragen geen hoofddoek. Deze “vrijdenkende” vrouwen zijn in hun dagelijks leven minder op een opvallende of uitgesproken manier bezig met het naleven van religieuze geboden en verboden. Zij hechten veel waarde aan hun aardse bestaan en het verwezenlijken van hun wereldse doelen, zoals gezinsgeluk, hun persoonlijke ontwikkeling en een succesvolle carrière. Deze drie vrouwen willen op maatschappelijk gebied graag bijdragen aan een positieve beeldvorming over de islam. Daarbij distantiëren zij zich meer dan de andere geïnterviewde moslima's van bepaalde orthodoxe, rechtlijnige, in hun ogen vrouwonvriendelijke opvattingen van geloofsgenoten. Zij benadrukken Gods liefde en barmhartigheid en stellen voor bepaalde overtredingen de straf van God ter discussie.

De “vrijdenkende” moslima's bidden regelmatig. Zij vinden het belangrijk om de *salaat* te verrichten, maar zij zijn niet heel plichtsgetrouw en gedisciplineerd in het uitvoeren van dit ritueel. Zij bidden de *salaat* thuis, als het hen uitkomt en zij er de tijd voor kunnen nemen. Dit geeft hen dan veel voldoening. Eén van hen bidt de *salaat* zelfs op onregelmatige basis.

Vanuit het kwantitatieve onderzoeksmateriaal blijkt dat deze drie vrijdenkende moslima's in vergelijking met de andere vrouwen minder het religieus gebed bidden, maar soms wel het reflectief gebed bidden. Dit geeft aan dat het om vrouwen gaat die zich minder dan de andere vrouwen gebonden voelen aan hun religieuze gebedstraditie.

6.2.2. Conclusies op basis van de tweede onderzoeksvraag

Wat betekenen deze sterke religiositeit, de gerichtheid op bidden en de geconstateerde verschillen tussen vrome, vertrouwensvolle, twijfelende en vrijdenkende moslima's voor de wijze waarop deze vrouwen stress en problemen hanteren? De tweede onderzoeksvraag luidt als volgt:

“Op welke wijze gebruiken de hoogopgeleide moslima's van Marokkaanse afkomst hun religiositeit, en het bidden in het bijzonder, bij het omgaan met problemen?”

Bij de beantwoording van deze onderzoeksvraag komt duidelijk naar voren, zowel op basis van het kwantitatieve onderzoek onder 177 respondenten als het kwalitatieve onderzoek onder dertien respondenten, dat de overgrote meerderheid van deze moslima's als zij geconfronteerd worden met situaties of omstandigheden die zij lastig of moeilijk vinden vrijwel altijd een beroep doet op hun religie. Wij geven eerst de problemen weer die de geïnterviewde dertien respondenten tijdens het kwalitatieve onderzoek hebben genoemd en behandelen vervolgens de conclusies over hun wijze van coping op basis van het kwantitatieve en vervolgens het kwalitatieve onderzoek.

6.2.2.1. Problemen door ingrijpende levensgebeurtenissen, de migratieachtergrond en religiositeit

De eerste conclusie vanuit het kwalitatieve onderzoek is dat de problemen die de dertien respondenten tijdens de interviews noemen, verwijzen naar ingrijpende levensgebeurtenissen, de migratieachtergrond van hun families en hun religiositeit.

Tijdens de interviews noemen de dertien respondenten spanningen in verband met ingrijpende gebeurtenissen, zoals de echtscheiding van henzelf of hun ouders en de ziekte en het overlijden van dierbaren. Een respondente was onlangs gescheiden en een andere heeft de scheiding van haar ouders als problematisch ervaren. Verschillende respondenten noemen spanningen door de ziekte of het overlijden van dierbare ouders, grootouders en andere familieleden. Eén respondente maakte een traumatische gebeurtenis mee, die naast ingrijpende verlieservaringen ook grote spanningen binnen haar familie veroorzaakte. Een respondente was bang dat zij zelf ernstig ziek was.

Daarnaast noemen zij problemen die te relateren zijn aan migratiegeschiedenis van hun families en de verschillen die er tussen de generaties zijn opgetreden in hun wijze van adaptatie aan de Nederlandse samenleving. Vrijwel alle respondenten zijn de hooggeschoolde dochters van laaggeschoolde ouders die voornamelijk vanuit het Marokkaanse platteland naar Nederland zijn gekomen in het kader van arbeidsmigratie of gezinshereniging. Hun migratiegerelateerde

problemen houden verband met het verwezenlijken van hun maatschappelijke ambities, spanningen met hun ouders over autonomie en partnerkeuze, de sociale controle binnen de Marokkaanse gemeenschap en vriendenkring en tot slot spanningen door discriminatie vanwege hun islamitische of etnische achtergrond binnen de Nederlandse samenleving. Wij zullen dergelijke type spanningen hier nader toelichten.

Ten eerste noemen deze respondenten stress in verband met het waarmaken van hun maatschappelijke ambities. De dertien respondenten koesteren de wens om als eerste van hun familie een hogere opleiding en goede baan te verwerven. Dit veroorzaakt stress bij tentamens of bij het verkrijgen van de toestemming van hun ouders voor het veranderen van hun opleiding. Deze stress staat in verband met de maatschappelijke ambities van hun ouders. Hun dochters willen vanuit hun liefde voor hun ouders en de waardering voor de offers die zij hebben gebracht door naar Nederland te migreren, de dromen van hun ouders realiseren.

Ten tweede ontstaan er migratiegerelateerde spanningen door onenigheid met hun ouders over de mate waarin deze dochters zich vrij mogen bewegen binnen de Nederlandse samenleving. Dergelijke spanningen worden versterkt door de sociale controle binnen de eigen etnische gemeenschap. Vooral hun ouders zijn gevoelig voor wat anderen over hun dochters zeggen, vanuit hun vrees voor de reputatieschade van hun ongehuwde of gescheiden dochters. Daardoor ontstaan er bij deze respondenten problemen met hun ouders over bijvoorbeeld uitgaansgedrag, huisregels en vriendjes. Deze spanningen veroorzaken ook problemen met vriendinnen en vriendjes in verband met de geheimhouding en loyaliteit die bij geheime ontmoetingen met vriendjes vereist is.

Tot slot noemen de respondenten spanningen in verband met discriminatie vanwege hun Marokkaanse en islamitische achtergrond. Het kan daarbij gaan om ervaringen die zij zelf met discriminatie hebben, maar ook om de spanningen die zij ervaren als er in de media kritiek op Marokkanen of op de islam wordt gegeven.

Er zijn een paar respondenten die spanningen noemen die met hun religie zelf in verband kunnen worden gebracht (*religious distress*). Het gaat daarbij om angst voor de hel, wroeging vanwege zonden, kritiek en twijfel over bepaalde religieuze opvattingen, twijfel over de bedoelingen van God, of twijfel over de waardering van God voor hun religieuze inspanningen. Een aantal moslima's maken zich zorgen over hun zonden of hun concentratieproblemen tijdens het bidden van de *salaat*. Zij vragen zich af of God dergelijke gebeden zal accepteren, omdat zij met onvoldoende overgave en aandacht zijn gebeden. Dit heeft in hun ogen gevolgen voor het verdienen van zegeningen (*hasanat*) die nodig zijn voor het paradijs. Wij zullen de genoemde probleemvelden nader toelichten.

Andere problemen die verband houden met de migratiegeschiedenis van hun families zijn problemen die ontstaan doordat zij zowel de culturele achtergrond en de wensen van hun ouders willen respecteren als dat zij carrière willen maken binnen de Nederlandse samenleving. Omdat deze jonge vrouwen veel waarde hechten aan de band met hun ouders en hen geen verdriet willen doen, houden zij zo goed mogelijk rekening met wat hun ouders belangrijk vinden. Veel ouders vinden het goed dat hun dochters participeren in de Nederlandse samenleving, maar verwachten tegelijkertijd van hun ongehuwde dochters dat ze trouw blijven aan hun achtergrond. Zij hebben graag dat hun dochters kuis en respectabel gedrag vertonen, zich loyaal naar hen opstellen, zich als goede moslims gedragen, niet te laat trouwen en pas na hun huwelijk het ouderlijk huis verlaten. Zij willen hun dochters beschermen en voorkomen dat er over hen binnen de familie of de Marokkaanse gemeenschap wordt geroddeld of dat mannen misbruik van hen maken. Sommige ouders leggen hun thuiswonende, volwassen dochters daarom allerlei geboden en verboden op. Dus hoewel de vanuit het herkomstland meegenomen waarden, normen, opvattingen en tradities door het verblijf van hun families in Nederland zijn veranderd, worden respectvolle omgangsnormen naar ouders en de kuisheid van dochters nog steeds benadrukt.

De dertien geïnterviewde respondenten willen net als hun leeftijdsgenoten hun eigen keuzes maken, leuke en zinvolle activiteiten ondernemen en een eventuele levenspartner beter leren kennen. Maar het is voor hen niet vanzelfsprekend om net als andere jonge vrouwen uit te gaan en te experimenteren met relaties en seksualiteit. Omdat de meeste respondenten hun ouders willen respecteren en zij hen geen verdriet willen doen, ontstaan er spanningen als hun eigen verlangens botsen met de wensen van hun ouders. Tijdens de interviews noemden zij problemen in verband met de tijden van thuiskomst, de deelname aan een stage of studieweek, verkering en de keuze voor een levenspartner.

Rondom partnerkeuze spelen er allerlei specifieke problemen. Vrijwel alle respondenten willen in de toekomst trouwen en een gezin stichten. Dat is ook de wens van hun ouders. Maar het is voor deze jonge vrouwen niet gemakkelijk om een geschikte huwelijkspartner te vinden die ook door hun ouders wordt geaccepteerd. Ouders verwachten dat een jonge man de hand van hun dochter komt vragen en zij hebben zo hun voorkeuren. Het is spanningsvol voor hun dochters of hun ouders toestemming zullen geven voor een huwelijk met de partner waar zij verliefd op zijn. Sommige vrouwen anticiperen daarom op de voorkeur van hun ouders voor een bepaald type partner. Zij worden daarom liever verliefd op iemand van Marokkaanse afkomst. Maar verschillende vrouwen geven aan dat zij zelf meer waarde hechten aan een islamitische levensgezel dan aan iemand met dezelfde culturele en taalkundige achtergrond.

De ongehuwde respondenten willen een toekomstige echtgenoot eerst beter leren kennen voordat zij met hem in het huwelijk treden. Zij willen weten of hij wel bij hen past. Maar gezien de conventies is dit lastig en zijn zij tot hun verloving aangewezen op geheime ontmoetingen. Daarbij is er altijd de angst voor reputatieschade en roddel. De ontdekking van geheimgehouden ontmoetingen is beschamend of teleurstellend voor hun ouders. Dit kan bij hun dochters wroeging en schuldgevoelens veroorzaken.

Uit de interviews blijkt dat er altijd een zekere spanning bestaat of een vriend te vertrouwen is en of hij hen respectvol zal behandelen. Heimelijke ontmoetingen met een vriend doen een beroep op de discretie en de betrouwbaarheid van deze mannen. Intiem contact met een vriend kan immers hun reputatie als respectabele ongehuwde vrouw schaden, waardoor het moeilijker wordt om een geschikte huwelijkspartner te vinden. Veel jongens van Marokkaanse afkomst willen intiem contact met hun vriendin, maar zij trouwen het liefst met een kuise vrouw, een maagd. Verschillende respondenten geven aan dat zij onzeker zijn over hun vriend, of vragen zich af of hij wel serieuze huwelijksplannen heeft.

Geheime ontmoetingen vragen ook om de discretie van vriendinnen. Sommige respondenten voelen zich verraden door een vriendin die zij ooit in vertrouwen hadden genomen, waarna zij de vriendschap hebben verbroken. Door deze beperkingen beschikken deze hoogopgeleide ongehuwde vrouwen van Marokkaanse afkomst in vergelijking met hun seksegenoten van Nederlandse achtergrond over minder vrijheid en experimenteerruimte op het gebied van relaties en seksualiteit.

Een ander type spanning dat gerelateerd is aan de specifieke migratieachtergrond van deze respondenten staat in verband met de impact van de toenemende maatschappelijke intolerantie ten opzichte van de islam binnen de Nederlandse samenleving. Terwijl de respondenten sterk gemotiveerd zijn om de islam te praktiseren, wordt de islam binnen de Nederlandse samenleving steeds meer bekritiseerd. Er is sprake van een discrepantie tussen hun onvoorwaardelijke liefde voor de islam en de negatieve beeldvorming over hun geloof in Nederland. Hun reactie daarop is dat zij de kritiek op de islam in de Nederlandse media als onbegrijpelijk en onrechtvaardig bestempelen. Een paar vrouwen voelen zich als moslim bedreigd, sommigen hebben ervaring met discriminatie, anderen zijn er bang voor. Zo anticiperen sommige respondenten op de eventuele afkeuring van andersdenkende Nederlanders door op het werk geen hoofddoek te dragen, of door er van af te zien om op het werk de *salaat* te bidden. Deze negatieve beeldvorming over de islam maakt dat deze jonge vrouwen zich geroepen voelen om de islam te verdedigen. Dit is ook het gedrag dat geloofsgenoten van hen verwachten.

Tot slot ervaren sommige respondenten spanningen op religieus gebied, omdat hen vanwege hun zonden misschien de hel wacht, of omdat zij bang zijn dat God hun *salaat*gebeden niet zal accepteren omdat zij te weinig of met onvoldoende concentratie hebben gebeden.

6.2.2.2. Religieuze coping wordt veel gebruikt, soms zijn er verschillen in de wijze waarop

De tweede conclusie vanuit het kwantitatieve onderzoek is dat een ruime meerderheid van de 177 hoogopgeleide islamitische respondenten bij problemen gebruik maakt van religieuze coping. Zij vragen God vaak om hulp en vertrouwen over het algemeen op Zijn steun. Dit blijkt ook uit het kwalitatieve onderzoek. Er doen zich echter tussen deze moslima's ook verschillen voor in de wijze waarop zij bij problemen een beroep doen op de islam en op God.

Uit het kwantitatieve onderzoek dat is weergegeven in hoofdstuk 3, blijkt dat een ruime meerderheid van deze islamitische vrouwen God bij hun problemen betreft. Daarbij geven zij aan dat zij bij problemen God om hulp vragen en op Zijn steun vertrouwen. Zo roept twee derde van de 177 respondenten bij problemen de hulp van God in. Van hen stelt 57% zich vervolgens zelf ook actief op, zij nemen initiatief om hun problemen op te lossen. Veel van de hoogopgeleide vrouwen van Marokkaanse afkomst scoren zowel hoog op de samenwerkende religieuze copingstijlschaal van Pargament et al. (1988), als op de receptiviteitschaal van Van Uden, Pieper & Alma (2004), als op de positieve religieuze copingschaal. De afwachtende religieuze stijl komt minder vaak (10%) voor en er zijn maar een paar vrouwen (8%) met een zelfsturende religieuze copingstijl. Dit geeft aan dat de 177 respondenten uit ons onderzoek overwegend een actieve houding tegenover hun problemen innemen, maar dat zij daarbij vrijwel altijd de hulp van God inschakelen en er op vertrouwen dat God alles ten goede zal keren.

Op basis van de vergelijking tussen de onderlinge correlaties tussen de verschillende copingschalen is op te maken dat de samenwerkende religieuze copingstijl vaak samengaat met positieve religieuze coping en met de receptieve coping.

Bij de afwachtende religieuze copingstijl zijn de correlaties met de andere schalen minder sterk dan bij de samenwerkende religieuze copingstijl. Het verband met de samenwerkende stijl ($r = 0.48$) en de positieve religieuze coping ($r = 0.40$) is redelijk hoog. De zelfsturende religieuze copingstijl contrasteert met de andere copingstijlen. Zo is er sprake van een negatief verband tussen de samenwerkende religieuze copingstijl en de zelfsturende religieuze copingstijl ($r = -0.54$). De negatieve religieuze copingstijl staat los van de andere vormen van religieuze coping.

Als we kijken naar de verbanden met de algemene religiositeit en het bidgedrag dan blijkt het volgende. De moslima's met een samenwerkende religieuze

copingstijl scoren vaak ook hoog op de schalen voor het meten van intrinsieke religiositeit (DRI), volwassen geloof (MRS) en het religieuze welbevinden (RWBS). Zij zijn dus sterk op een intrinsieke wijze bij God en de islam betrokken, hetgeen ook blijkt uit het bidden van deze vrouwen. Zij bidden veel, zoals naar voren komt bij de hoge correlaties tussen de samenwerkende religieuze copingstijl en de bidfrequenties van de smeekbedes, de *salaat* en in mindere mate andere gebeden. Zij bidden het religieus gebed, het crisisgebed en in mindere mate het onvoorwaardelijk en het reflectief gebed. Uit de finale regressieanalyse komt naar voren dat het religieus gebed en volwassen geloof de beste voorspellers van een samenwerkende religieuze copingstijl zijn.

De moslima's met een afwachterende religieuze copingstijl volgen voor een groot deel het patroon van de samenwerkende copingstijl. Echter uit de finale regressieanalyse blijkt dat naast het volwassen geloof onvoorwaardelijk bidden de beste voorspeller van een afwachterende religieuze copingstijl is. Hieruit blijkt mogelijk dat er sprake is van een meer orthodoxe en ritualistische opstelling.

De moslima's met een zelfsturende religieuze copingstijl wijken af in de zin dat deze stijl negatieve correlaties heeft met alle andere variabelen. Deze negatieve correlaties bevestigen de verwachting dat een deel van deze zelfsturende religieuze "copers" God juist níet bij hun problemen betreft. Dit komt overeen met de strekking van deze schaal: degenen met een zelfsturende religieuze copingstijl lossen hun problemen zoveel mogelijk zelf op, zonder een beroep te doen op God. De beste negatieve voorspellers waren: het bidden van het religieus gebed en het bidden van smeekbedes. Het zelf oplossen van problemen gaat niet samen met het in gesprek met God vragen om hulp.

Ook de moslima's die receptief ingesteld zijn, oriënteren zich in hoge mate op hun religie, zoals blijkt uit de hoge correlaties met de schaal voor religieus welzijn en het bidden van het religieuze gebed. Deze bleken ook de beste voorspellers voor receptieve coping te zijn. Hieruit concludeerden wij dat voor deze moslima's receptieve coping niet een meer seculiere variant van coping is, maar dat het vertrouwen op een goede afloop ingebed is in een sterke affectieve band met God.

Uit de gegevens van het kwalitatieve onderzoek blijkt dat de samenwerkende religieuze copingstijl vooral gebruikt wordt door de "vertrouwensvolle" moslima's. Deze vrouwen getuigen van een sterk vertrouwen in een hen gunstig gezinde barmhartige, liefdevolle God. Zij lossen hun problemen zelf op, maar schakelen daarbij altijd de hulp van God in. God is voor hen een steun in de rug, waardoor zij er op vertrouwen dat het goed zal komen. De afwachterende religieuze copingstijl komt meer voor onder de "vrome moslima's". Zij hebben een orthodoxe religieuze oriëntatie en een onvoorwaardelijke manier van bidden. De zelfsturende religieuze stijl komt vooral voor onder de "vrijdenkende moslima's".

Deze vrouwen lossen volgens hun zeggen hun problemen zoveel mogelijk zelf op, zonder daarbij een beroep op God toe doen. De “vertrouwensvolle” moslima’s scoren het hoogste op receptieve coping. Ook tijdens hun interview getuigen deze vrouwen van een vertrouwensvolle overgave aan een hen gunstig gezinde God, een God die zij in tijden van nood vanuit vertrouwen om hulp vragen.

6.2.2.3. Positieve vormen van religieuze coping domineren

De derde conclusie luidt, zowel op basis van zowel het kwantitatieve als het kwalitatieve onderzoek, dat deze moslima’s overwegend gebruik maken van positieve vormen van religieuze coping. Zij zijn van mening dat dit bijdraagt aan hun welzijn. Negatieve religieuze coping komt wel voor, maar dit wordt veel minder genoemd.

De overgrote meerderheid van de 177 respondenten gebruikt bij problemen vooral positieve vormen van religieuze coping. Zij vragen om vergeving, zoeken Allah’s liefde en zorg, streven naar een sterkere band met God, zoeken Zijn hulp om zich niet door boosheid te laten leiden, pakken met hulp van God hun problemen aan, zien hoe God hen door problemen sterker probeert te maken en concentreren zich op hun geloof om te stoppen met piekeren. Negatieve religieuze coping komt amper voor.

Uit de onderlinge correlaties tussen religiositeitsschalen, bidfrequenties en bidvarianten en het gebruik van positieve of negatieve vormen van religieuze coping komt op grond van regressieanalyses het volgende naar voren. De correlaties van positieve religieuze coping lijken sterk op die van de samenwerkende religieuze coping. Op grond van de finale regressieanalyses blijkt het accent echter net iets anders te liggen. De overeenkomstige voorspeller is het religieus gebed. De bijzondere voorspellers zijn het bidden van de *salaat* en het juist niet reflectief bidden. Concrete, rituele gebedsactiviteit heeft hier het overwicht. De correlaties met negatieve religieuze coping blijken juist grotendeels afwezig. Op grond van de finale regressieanalyse komt slechts religieus welbevinden als een voorspeller van negatieve religieuze coping naar voren en wel in negatieve zin. Dit duidt er op dat welbehagen in God niet samen gaat met negatieve religieuze coping.

De nadruk die deze islamitische respondenten leggen op vormen van positieve religieuze coping wordt bevestigd door het kwalitatieve onderzoek. Naast het in hun gebed steun vragen aan God en het kracht putten uit religieuze zingeving, gebruiken zij ook andere positieve religieuze copingstrategieën. Bij ernstige ziekte en het verlies van dierbaren laten de respondenten zich troosten door geloofsgenoten, luisteren zij naar koranrecitaties of lezen zij religieuze teksten. Sommige respondenten bestrijden het negatieve imago van de islam door activiteiten te

ondernemen die bijdragen aan een positieve beeldvorming over de islam. Anderen volgen cursussen over de islam om kritiek te weerleggen.

Tijdens het kwantitatieve onderzoek bleken sommige items van de NRC-schaal niet tot negatieve religieuze coping gerekend te kunnen worden. Zo laadde bij de kwantitatieve analyse het item “Bij problemen stel ik vragen bij de macht van Allah” op de factor positieve religieuze coping⁴⁰. Dit kan er op duiden dat dit item niet goed is vertaald, mogelijk zou beter zijn: “bij problemen twijfel ik aan de macht van Allah”. De reden dat dit item laadt bij positieve religieuze coping kan zijn dat deze uitspraak hen herinnert aan hun eigen verantwoordelijkheid als mens. Uit het kwalitatieve onderzoek blijkt echter dat de dertien geïnterviewde respondenten nooit twijfelen aan God en zijn macht. Als zij echter problemen hebben, voelen zij zich over het algemeen zelf verantwoordelijk om deze op te lossen, hoewel zij daarbij vaak wel de hulp van God inroepen. Zij vinden dat zij zelf verantwoordelijk zijn voor hun eigen daden. Zij denken dat God wel weet hoe zij zullen reageren, omdat Hij in hun ogen het scenario kent waarlangs hun leven zich zal afspelen. Maar God heeft niet de macht om te voorkomen dat zij zelf fouten maken. Fouten ontstaan in hun ogen door toedoen van de duivel die hen slechte dingen influistert en verleidt. Dat zij fouten maken, zien zij als een menselijke eigenschap waarvoor zij God om vergeving kunnen vragen. God heeft hen als mens immers niet perfect geschapen.

Daarnaast associëren deze geïnterviewde respondenten God met goede bedoelingen. God heeft het beste met hen voor. Als zij geconfronteerd worden met tegenslag of nare, pijnlijke gebeurtenissen reduceren zij de dissonantie tussen tegenslag en het beeld van een goedwillende God door te verwijzen naar hun eigen fouten of geven zij aan dat God voor alles een goede reden heeft, die de mens echter nog niet kent. Zij herdefiniëren tegenslag als een beproeving of een levensles die God hen stuurt. Als hun ouders of familieleden overlijden, troosten zij zich met de gedachte dat God hun dierbaren heeft gehaald omdat Hij zoveel van hen houdt. Op deze wijze twijfelen zij nooit aan Gods goede wil. Slechts één geïnterviewde respondent heeft ooit getwijfeld aan God, omdat zij niet begreep waarom haar iets overkwam. Later duidde zij deze tegenslag als dat God haar voor erger had behoeft.

Ook een ander item van de schaal voor het meten van negatieve vormen van religieuze coping de NRC-schaal, week bij onze islamitische onderzoekspopulatie af. Het item: “Concludeer ik dat het (problemen) door toedoen van de duivel is gebeurd” had een te lage factorlading. Dit geeft aan dat deze moslima's de duivel niet beschuldigen van het veroorzaken van hun problemen. Dit blijkt ook uit de

⁴⁰ Deze bevinding komt overeen met onderzoek in Iran door Rohani, Khanjari, Abedi, Oskouie & Langius-Eklöf (2010). Bij deze islamitische onderzoekspopulatie blijkt dit item niet in voldoende mate te laden op de negatieve copingschaal, de NRC.

interviews. De duivel speelt in hun beleving geen belangrijk rol. Sommige respondenten geven wel aan dat de duivel met hun gedachten speelt. Deze wijze van duiding komt overeen met hoe er in de koran aan de rol van de duivel wordt gerefereerd (Shakir 2005).

6.2.2.4. Religieuze en niet-religieuze copingstrategieën worden gecombineerd

De vierde conclusie is dat uit het kwalitatieve onderzoek dat is weergegeven in hoofdstuk 4 blijkt dat de meeste van de dertien geïnterviewde respondenten bij problemen religieuze met niet-religieuze copingstrategieën combineren. Bij het verlies van hun dierbaren zoeken de geïnterviewde respondenten steun bij God, bij hun geloofsgenoten, lezen zij in de koran of luisteren zij naar recitaties. Daarnaast ondernemen zij activiteiten buiten hun religie om. Zij zoeken afleiding in hun studie of werk, of gaan anderen helpen. Zij relativeren hun problemen door te denken dat het allemaal niet zo erg is of dat anderen het slechter hebben dan zichzelf. Zij rouwen om overleden familieleden, of zoeken de steun van degenen die geen deel uitmaken van hun geloofsgemeenschap, bij vriendinnen of een enkele keer bij een professionele hulpverlener.

Twee respondenten geven aan dat hun religieuze copingstrategieën niet toereikend zijn om hun emoties rondom het verlies van dierbaren te hanteren. Ondanks hun gebeden, de steun van geloofsgenoten, het luisteren naar koran-recitaties en religieuze zingeving blijven hun emoties terugkomen. Zij kunnen zij zich niet goed concentreren door verdriet of boosheid. Eén van hen heeft zelfs terugkerende nachtmerries. Deze verdwijnen pas nadat zij de problemen die rondom haar verlies ontstaan na gesprekken met een hulpverlener is gaan aan-pakken. Het helpt beide vrouwen om bewust stil te staan bij hun verlies en er met anderen over te spreken. Nadat deze twee respondenten hun verlieservaringen verwerkt hebben, zijn zij beter in staat om kracht te putten uit de islam en uit de steun van geloofsgenoten. Uit het kwalitatieve onderzoek blijkt dat deze steun vooral bestaat uit het prijzen van degene die overleden is en het troost bieden door te refereren aan positieve religieuze zingeving. Men vermijdt daarbij kritiek op de overledene en ook is het uitspreken van boosheid of van twijfel over de goede bedoelingen van God taboe.

Bij ruzie met anderen, zoals vriendinnen, vrienden en kennissen, bidden veel van de respondenten eerst tot God en uiten zij daarna hun ongenoegen bij de betrokkenen zelf. Ook protesteren zij tegen anderen over wat iemand hen heeft aangedaan. Als zij echter inschatten dat het beter is om hun mening voor zich te houden, proberen zij escalatie van spannende situaties te vermijden en gaan zij confrontaties met de betrokkenen uit de weg.

Bij spanningen of onenigheid met hun ouders over activiteiten die zij buitenshuis willen ondernemen, gaan de respondenten meestal niet de confrontatie aan. Zij brengen dan meestal op diplomatieke wijze argumenten naar voren om hun ouders te overtuigen. Soms schakelen zij de bemiddeling van één ouder in om de andere ouder te overtuigen. Daarnaast vragen zij God om hen te steunen. Sommigen lossen het probleem op door activiteiten voor hun ouders te verbergen. Vooral bij problemen met hun ouders over een huwelijkspartner maken de respondenten gebruik van vermijdingsstrategieën. Bij problemen met een vriend schakelen zij zowel de hulp van God in als die van vriendinnen. Slechts één respondente durfde haar moeder over haar problemen in de liefde te vertellen.

Bij spanningen rondom tentamens of examens bidden de respondenten smeekbedes, of voelen zij zich gesteund als anderen smeekbeden voor hen bidden, zoals hun moeder of andere geloofsgenoten. Daarnaast verminderen zij hun spanning door afleiding te zoeken, of door hun situatie te relativëren.

Bij problemen in verband met de discriminatie van moslims of Marokkanen binnen de Nederlandse samenleving vermijden en negeren de geïnterviewde moslima's degenen die hen openlijk discrimineren of zij protesteren tegen dit gedrag door in discussie te gaan. Sommige respondenten relativëren discriminatie en kritiek op de islam door te stellen dat mensen onwetend zijn.

De dertien geïnterviewde respondenten maken regelmatig gebruik van vermijdingsstrategieën. Zij vermijden om aan nare gebeurtenissen te denken of vermijden confrontatie met anderen om zo conflicten te voorkomen. Uit schaamte of respect voor hun ouders vermijden zij het openlijk tonen van emoties en het aangaan van conflicten. Dit sluit aan bij de islamitische waarden die zij onderschrijven. God vraagt van hen dat zij hun ouders respecteren, zichzelf weten te beheersen en dat zij zich vredelievend naar hun medemens opstellen.

Net als hun eigen ouders proberen deze dertien respondenten anderen niet lastig te vallen met hun problemen door hun frustraties of gevoelens voor zich te houden. Zij proberen als het even kan om de lieve vrede te bewaren door confrontaties uit de weg te gaan. Dit betekent echter niet dat zij zich altijd bij de wensen van hun ouders neerleggen. Verschillende respondenten gaan gewoon hun eigen gang zonder hun ouders in te lichten. Zo maken zij hen ook niet ongerust.

6.2.2.5. Bidden bij problemen geeft kracht, steun, vertrouwen en innerlijke rust

De vijfde conclusie is dat de overgrote meerderheid van de 177 respondenten bij problemen de liefde en zorg van God zoekt. Tijdens het bidden kunnen zij hun hart luchten en verkrijgen zij kracht en steun. Door in hun gebed God om steun te vragen, vertrouwen zij op een goede afloop van de moeilijke situaties waarmee zij worden geconfronteerd. Ook in het kwalitatieve onderzoek geven de meeste geïnterviewde

moslima's aan dat bidden bij problemen helpt. Zij komen door te bidden tot rust en kunnen bij God alles kwijt. God luistert en zal hen vervolgens bijstaan. Deze verwachting delen zij met hun ouders en geloofsgenoten. Vervolgens vertrouwen zij er op dat het goed zal komen.

Uit de kwalitatieve onderzoekresultaten blijkt dat de geïnterviewde respondenten het bidden van de *salaat* associëren met rust en ontspanning. Voor hen heeft dit gebed een meditatief effect. Dit staat in verband met de speciale eigenschappen van dit gebed. De activiteiten en rituele reiniging die vooraf gaan aan het verrichten van het *salaat*gebed brengen deze moslima's in een speciale gemoedstoestand. Na een drukke werkdag bereiden de respondenten zich na thuiskomt op dit gebed voor door eerst te douchen en schone gebedskleding aan te trekken. Vervolgens trekken zij zich in een rustige ruimte terug, vaak op hun eigen slaapkamer, om ongestoord op hun gebedskleed richting Mekka te kunnen bidden. Alleen al deze voorbereiding heeft volgens de respondenten een onthechtend en ontspannend effect. Het op deze wijze betreden van de wereld van God ervaren zij als het even tijd nemen voor God en voor zichzelf. Hierdoor komen problemen en spanningen uit het dagelijks leven verder van hen af te staan.

Door middel van het *salaat*ritueel creëren deze moslima's een ontmoeting met God. Daarbij geven zij zich zowel geestelijk als lichamelijk aan hun Heer over. Er gaat volgens hen ook een ontspannende werking uit van het reciteren van koransoera's. Bij voldoende overgave en concentratie verdringt deze bezigheid andere gedachten. Hun ademhaling wordt er rustiger van. Ook het innemen van verschillende houdingen tijdens het gebed geeft hen het gevoel innerlijk tot rust te komen. Sommige respondenten vergelijken daarom het effect van de *salaat* met dat van yoga en meditatie.

Bij problemen ervaren de geïnterviewde respondenten het bidden van smeekbeden als verlichtend, omdat zij in dergelijke gebeden hun hart bij God kunnen luchten. Ook vragen zij God om hen te steunen en kracht en innerlijke rust te geven. Op deze wijze fungeert een smeekgebed als een uitlaatklep voor zowel dagelijks terugkerende als acute spanningen. Door op een dergelijke wijze te bidden zijn deze moslima's beter in staat om de emoties te hanteren die zijn ontstaan door ingrijpende levensgebeurtenissen of door problemen met hun ouders, vrienden, vriendinnen, geloofsgenoten of andere Nederlanders. Deze vorm van bidden helpt hen ook om beter om te kunnen gaan met de toenemende negatieve beeldvorming over de islam in Nederland.

Degenen die lofgebeden (*dhikr*) bidden, ervaren daarbij een sterke dankbaarheid ten opzichte van God. Tot slot gebruiken sommige respondenten beschermingsformules en het aanroepen van God om gevoelens van onveiligheid en angst voor de duivel te beteugelen.

6.2.2.6. *Verschillen tussen de bidvarianten in hoe zij bij spanningen worden gebruikt*

De zesde conclusie is dat uit het kwantitatieve onderzoek blijkt dat de bidvarianten op verschillende manieren bij stress functioneren. Bij het religieus gebed verwijzen de items onder andere naar innerlijke rust, het bidden voor en het verkrijgen van steun en kracht, het God iets vragen en het je hart luchten. Het religieus gebed gaat vooral samen met een volwassen vorm van religiositeit ($r = 0.44$) en met religieus welbevinden ($r = 0.41$). Het bidden van dit type gebed verwijst dus naar een sterk geloof en groot vertrouwen in God waarbij men zich prettig voelt. Er zijn ook sterke positieve verbanden vastgesteld tussen deze manier van bidden en een samenwerkende religieuze copingstijl ($r = 0.74$) en het gebruik van positieve vormen van religieuze coping ($r = 0.66$). Dit betekent dat het religieus gebed een rol speelt bij het op positieve wijze hanteren van problemen.

Op basis van het kwalitatieve onderzoek lijkt het religieus gebed overeen te komen met het op dagelijkse basis bidden van *salaat*gebeden, die gecombineerd worden met persoonlijke smeekbedes. Zoals al is opgemerkt, verminderen deze beide islamitische gebedsvormen volgens deze respondenten hun spanningen. Deze aan de religieuze traditie gebonden wijze van bidden kan zo als een soort van stressventiel fungeren dat op dagelijkse basis kan worden ingezet.

Het religieus gebed kan bijdragen aan het verminderen van spanningen, omdat degene die bidt daarmee controle uitoefent op de eigen omstandigheden. Daarnaast geeft het gebed de bidder door het contact met God de mogelijkheid om emoties te uiten en dingen te vragen die men nodig heeft. Dit geeft kracht en steun en versterkt het vertrouwen dat iets goed komt.

Het crisisgebed bevat items die verwijzen naar verdriet, moeilijke momenten, iets nodig hebben en de confrontatie met ziekte en dood. Uit de correlaties komt naar voren dat het crisisgebed vooral samenhangt met het bidden van smeekbedes, al is het verband niet sterk ($r = 0.22$). Er is ook een verband met volwassen religiositeit (MRS $r = 0.27$). Deze manier van bidden komt vooral voor bij een samenwerkende religieuze copingstijl ($r = 0.47$) en het gebruik van positieve vormen van religieuze coping ($r = 0.45$).

Uit het kwalitatieve onderzoek blijkt dat de respondenten op dagelijkse basis, maar soms ook op speciale momenten, naar aanleiding van spanningsvolle gebeurtenissen tot God bidden. Het gaat daarbij om situaties die hen emotioneel raken, maar die niet dagelijks voorkomen, zoals bij slecht nieuws of het overlijden van dierbaren. Nadat zij zich bij God hebben geuit, voelen zij zich getroost en gesteund. Het crisisgebed vermindert spanningen die ontstaan als men door gebeurtenissen bang, geschokt, verdrietig, of wanhopig is. Het kan een kreet om hulp zijn. Het gaat daarbij om acute, heftige emoties, waarbij er behoefte is aan ontlading en

geruststelling. Het crisisgebed lijkt op basis hiervan vooral een uitlaatklep te bieden voor acute stress.

De items van onvoorwaardelijk bidden verwijzen naar het bidden ongeacht de omstandigheden waarin men zich bevindt. Bij deze gebedsvariant is de correlatie met het frequent bidden van de *salaat* ($r = 0.46$) het hoogst. Met betrekking tot de drie religiositeitschalen is er alleen een zwak verband vastgesteld bij de schaal voor volwassen religiositeit (MRS $r = 0.19$). Er is wel een redelijk positief verband met de afwachterende religieuze copingstijl ($r = 0.42$) en positieve vormen van religieuze coping (PRC $r = 0.31$). Gezien deze correlaties is onvoorwaardelijk bidden dus in verband te brengen met een rituele vorm van bidden, zoals de *salaat*, een volwassen vorm van religiositeit, een afwachterende religieuze copingstijl en het gebruik van positieve vormen van religieuze coping. Dit wordt bevestigd door de resultaten uit het kwalitatieve onderzoek. Vooral de op devotie gerichte vrouwen, degenen die wij de “vrome moslima’s” hebben genoemd, scoren het hoogst op onvoorwaardelijk bidden. Deze vrouwen bidden de *salaat* met overgave en aandacht. Daarnaast bidden zij ook heel frequent andere gebeden zoals *dhikr*gebeden, waardoor zij gevoelens van diepe dankbaarheid en ontroering naar God oproepen, hetgeen het effect heeft dat zij zich daarna beter voelen.

Een onvoorwaardelijk manier van bidden draagt volgens enkele van de dertien geïnterviewde respondenten bij aan het verminderen van hun spanningen omdat zij hierdoor gemoedsrust krijgen en het bidden lichamelijke en geestelijke ontspanning bevordert. Het overall bidden waar het uitkomt, zowel op vaste tijden, als spontaan in de natuur of in de moskee geeft betekenis aan hun leven, het ordent hun dag en het geeft hen een goed gevoel door de verbinding met hun Schepper. Een onvoorwaardelijk manier van bidden beschermt op die manier tegen problemen en bedreigingen uit de buitenwereld. Het schermt de gelovige als het ware van de boze buitenwereld af.

Bij het reflectief gebed staan denkactiviteiten centraal. Het gaat daarbij om twee items: het overdenken van gebeurtenissen en het gedachten op een rijtje zetten. Bij deze manier van bidden zijn geen verbanden vastgesteld met de schalen voor het meten van religiositeit. Deze vorm van bidden correleert vooral met een samenwerkende religieuze copingstijl ($r = 0.28$). Er is geen verband vastgesteld met de schalen voor positieve of negatieve vormen van religieuze coping.

Uit de dertien interviews blijkt dat bidden soms gepaard gaat met het nadenken over problemen. Er kan bij het bidden over allerlei zaken worden nagedacht. Er kan nagedacht worden over de bedoelingen van God, het belang van vergeving, over het hiernamaals en over zonden. Het denken kan ook gericht zijn op het probleem zelf, wat er zich precies heeft afgespeeld, waarom betrokkenen op een bepaalde wijze hebben gereageerd, of wat de oorzaak of de beste oplossing zou

zijn voor het probleem. Er wordt ook nagedacht over de eigen reacties en emoties rondom een probleem. De kwalitatieve onderzoeksresultaten bevestigen echter niet dat de respondenten tijdens het bidden uitgebreid nadenken over hun situatie of dat zij een speciale gebedsvorm gebruiken waarbij vooral wordt nagedacht. Wel geven zij aan dat zij na het bidden van bijvoorbeeld smeekbeden of van de *salaat* opeens tot bepaalde inzichten komen. Het reflectief gebed kan door dit inzichtgevende effect bijdragen aan het hanteren van problemen.

Uit het bovenstaande verhaal is op te maken dat bidden bij kan dragen aan het verminderen van spanningen. Dit wil echter nog niet zeggen dat bidden volstaat. Bidden kan iemand helpen om minder impulsief vanuit emoties op een situatie waarbij anderen betrokken zijn te reageren. Dit kan strategisch gezien voordelen hebben. Maar bidden kan ook beschouwd worden als het betreden van een binnenwereld. Vooral als het om ingewikkelde problemen gaat, is er meer input van buiten nodig om een situatie te kunnen hanteren. Vaak is er tijd en steun van anderen nodig om ingrijpende gebeurtenissen te verwerken. Verschillende respondenten die dergelijke situaties beschrijven, geven dit ook aan. Bidden alleen of religieuze zingeving alleen was voor hen niet genoeg: zij moesten in hun verwerkingsproces ook andere niet-religieuze middelen inzetten en vonden daarbij de steun van anderen onontbeerlijk.

6.2.2.7. Verschillen in religieuze coping tussen moslima's

Ten zevende kan vanuit het kwalitatieve onderzoek geconcludeerd worden dat de verschillen in religiositeit en bidedrag die tussen deze moslima's, verdeeld in vrome, vertrouwensvolle, twijfelende en vrijdenkende vrouwen, zijn geconstateerd, ook terug te zien zijn in hun religieuze copinggedrag. Wij zullen deze verschillen hier nader toelichten met behulp van het kwalitatieve onderzoek.

Zoals al gezegd is bij de conclusies bij de beantwoording van de eerste onderzoeksvraag, verschillen de dertien respondenten in de mate waarin zij bidden en hun gebedsplicht naleven. Zij verschillen in hun gerichtheid op het hiernamaals of juist op het wereldse leven. Deze verschillen in religiositeit zijn ook zichtbaar in hoe deze moslima's hun problemen duiden en hanteren. Sommige vrouwen richten zich bij tegenslag en problemen meer op religieuze zingeving, op het religieuze domein en hun relatie met God dan anderen.

Religieuze coping van de "vrome" moslima's

De "vrome" moslima's denken bij tegenslag en spanningen dat dit bij het leven hoort, omdat er immers zowel goede als slechte tijden bestaan. Zij maken zich daarom niet zo druk om hun aardse problemen. Zij zijn vooral gericht op het onderhouden van hun relatie met God. Zij denken veel aan het belang van het hierna-

maals. Een probleem ervaren zij als een beproeving van God. Hierdoor worden zij uitgedaagd om standvastig te blijven in hun geloof in God.

De problemen die zij noemen zijn de echtscheiding van hun ouders, de echtscheiding van henzelf, het overlijden van dierbare grootouders, stress door tentamens of examens, gekwetst worden door dierbaren of vriendinnen, spanning met hun ouders in verband met het verkrijgen van toestemming om op studiereis te gaan en stress door de negatieve beeldvorming over de islam binnen de Nederlandse samenleving. Zij hebben daarnaast soms last van stress die religieus gerelateerd is, zoals wroeging en schuld naar God tijdens het bidden in verband met zonden uit het verleden, of zij vinden het naar als zij tijdens hun *salaat*gebeden door wereldse gedachten worden afgeleid.

Bij problemen en spanningen richten deze “vrome” moslima’s zich in hun gebed op God en verdiepen zij zich in de islam. Als zij bijvoorbeeld stress hebben bij tentamens, bidden zij extra smeekbedes of laten zij voor zich bidden. Ingrijpende gebeurtenissen, zoals de scheiding van hun ouders of henzelf, het overlijden van dierbaren, het gediscrimineerd worden als gescheiden vrouw door een vriend enzovoorts, zetten hen aan om na te denken over de bedoelingen van God, zij vormen de “brandstof” voor religieuze verdieping. Zo onderzoeken zij wat de islam over problemen aangeeft, zoals bijvoorbeeld ten aanzien van conflicten met anderen of echtscheiding. Zij beseffen dat God van hen vraagt om anderen die hen pijn hebben gedaan te vergeven en dat een moslima positief moet blijven, omdat er in het leven altijd goede en slechte tijden zijn en dat alleen de wereld van God voor hen echt van belang is.

Problemen maken de “vrome” moslima’s bewuster van hoe belangrijk de relatie met God voor hen is. Daarom zoeken zij de gehele dag door contact met God door veel te bidden. Zij bidden trouw de *salaat* en loven God ook in *dhikr*gebeden, of roepen vaak God aan en denken veel aan Hem. De pijn door het gekwetst zijn door dierbaren verminderen zij door deze personen bewust vanuit hun religieuze overtuiging te vergeven of “vergeving te gaan brengen”. Op deze wijze maken zij zichzelf als het ware immuun voor problemen en stress, al lukt dat de één beter dan de ander. Zo maakt één van hen zich grote zorgen over het onrecht in de wereld dat moslims wordt aangedaan. Uit de kwantitatieve onderzoeksgegevens blijkt dat de “vrome” moslima’s over het algemeen vrij hoog scoren op de drie religiositeitschalen, het frequent bidden van de *salaat* en het bidden van het religieuze gebed. Zij scoren niet heel hoog op de religieuze copingschalen.

Religieuze coping van de “vertrouwensvolle” moslima’s

De “vertrouwensvolle” moslima’s duiden hun problemen op een andere manier dan de “vrome” moslima’s. Bij problemen en stress bidden zij tot God, schakelen Zijn

hulp in, luchten hun hart en vertrouwen er vervolgens op dat het wel zal goed komen. Deze “vertrouwensvolle” moslima’s ervaren problemen niet zo zeer als een beproeving van God om hun standvastigheid in het geloof te testen, maar meer als een uitdaging om iets te leren. Daarbij geloven zij stellig dat God altijd bereid is hen te helpen en weet wat goed voor hen is.

De problemen die zij noemen zijn het overlijden van dierbaren, zoals een moeder en broer in een traumatisch auto-ongeluk, het overlijden van een vader na een lang ziekbed, het overlijden van grootouders, het gekwetst worden door familieleden, of vriendinnen, of in verband met discriminatie vanwege het dragen van een hoofddoek.

Bidden tot God versterkt bij deze moslima’s hun gevoel van vertrouwen in de toekomst en het geeft hen zelfvertrouwen door het besef dat zij er niet alleen voor staan, waardoor zij situaties beter kunnen hanteren en aanpakken. Deze “vertrouwensvolle” moslima’s zeggen vaak tegen zichzelf en anderen: “Het komt goed, met Gods hulp komt het goed”, of “God is bij je”. Daarbij versterken zij positieve gevoelens bij zichzelf, waardoor zij hun ongerustheid, onzekerheid, verontwaardiging, boosheid en wanhoop verminderen. Zij denken vaak dat God er voor hen is en dat Hij hen zal beschermen, wat hen ook overkomt en waar zij zich ook bevinden.

De “vertrouwensvolle” moslima’s maken naast religieuze ook gebruik van niet-religieuze copingstrategieën, zoals probleemoplossing, probleemrelativering en het zoeken van afleiding. Zij vinden steun bij familieleden, vriendinnen of hulpverleners. De vier “vertrouwensvolle” moslima’s scoren in vergelijking met de andere geïnterviewde vrouwen het hoogst op zowel de samenwerkende religieuze copingstijl als receptieve coping en zij hebben de laagst mogelijke score op de zelfsturende religieuze copingstijl. Zoals te verwachten, vanwege hun actieve houding, scoren zij over het algemeen niet hoog op de afwachtende religieuze copingstijl. Dit betekent dat zij bij problemen altijd een beroep doen op God en dat zij zich daarbij ontvankelijk en vertrouwensvol opstellen naar de toekomst. Deze ontvankelijkheid impliceert niet dat zij passief afwachten tot God problemen “van hen wegneemt”. Hun houding getuigt vooral van vertrouwen dat na hun inspanningen en de hulp van God, het uiteindelijk goed zal komen.

Religieuze coping van de “twijfelende” moslima’s

Het onwankelbare vertrouwen in God waarover de vertrouwensvolle moslima’s spreken, ontbreekt in het verhaal van twee andere moslima’s. Deze vrouwen maken zich juist zorgen over hun toekomst. Zij vragen zich af wat God voor hen beschikt heeft. Deze “twijfelende” moslima’s smeken God in hun gebed hen te helpen, maar zij zijn er niet zeker dat God hun wensen zal inwilligen.

De “twijfelende” moslima’s hebben problemen in verband met vriendjes, ouders, huwelijkspartners, of tegenslag. Zij reageren deze spanningen af door God dagelijks te smeken hen te helpen. Zo wordt hun onzekerheid dragelijker, maar het bidden neemt hun twijfels niet echt weg. Bidden tot God, Hem dingen beloven in ruil voor zijn hulp, geeft hen even troost en helpt hen om hun zorgen te beheersen en zichzelf in de hand te houden.

Uit de kwantitatieve onderzoeksgegevens blijkt dat de “twijfelende” moslima’s niet uitgesproken hoog of laag scoren op de religieuze copingschalen.

Religieuze coping van de “vrijdenkende” moslima’s

De “vrijdenkende” moslima’s vinden dat zij hun problemen zelf moeten oplossen, zonder daarbij God om hulp te vragen. Zij zijn vooral gericht op hun aardse bestaan en vertrouwen op hun capaciteiten. Het volbrengen van hun religieuze plichten geeft hen voldoening en gemoedsrust, maar zij zijn niet zo plichtsgetrouw en nauwgezet als de “vrome” moslima’s en zij doen bij problemen minder een beroep op God dan de “vertrouwensvolle” en “twijfelende” moslima’s.

De problemen die “vrijdenkende” moslima’s noemen zijn: het verlies van dierbaren; onzekerheid over een ziekte; zondig gedrag met een vriend; zorgen in verband met het welzijn van hun echtgenoot, zus of moeder, of het negatieve, straffende Godsbeeld van sommige geloofsgenoten. Zij storen zich aan negatieve uitingen van geloofsgenoten over hun gedrag als moslim en de maatschappelijke kritiek op de islam. Eén van hen vindt het lastig dat het haar niet goed lukt om op regelmatige basis de *salaat* te bidden.

Deze vrouwen reageren op het overlijden van dierbaren door smeekbeden voor hen te bidden. Zij vragen God om vergeving voor hun zonden en soms in algemene zin om Zijn steun om met hun problemen om te kunnen gaan. Zij gaan soms in discussie met geloofsgenoten en niet-geloofsgenoten over de islam. Zij distantieëren zich daarbij van de strenge religieuze interpretaties van geloofsgenoten. Degene die moeite met het *salaat*gebed heeft, leest er boeken over hoe zij dit kan verbeteren bij zichzelf. Zij “testte” ook uit of zij iets van de steun van God merkte toen zij zich zorgen maakte over haar gezondheid.

De “vrijdenkende” moslima’s lossen hun problemen zoveel mogelijk zelf op, zonder God daarbij te betrekken. Zij scoren in vergelijking met de andere moslima’s relatief hoog op de zelfsturende religieuze copingstijl van Pargament (1997). Hun score op de positieve religieuze copingschaal, de PRC, is laag. Ook dit toont aan dat deze vrijdenkende moslima’s minder gebruik maken van religieuze coping.

6.2.3. Conclusies vanuit de migratie naar Nederland

Tot slot is in hoofdstuk 5 de Nederlandse context beschreven waarbinnen de moslima's uit ons onderzoek hun leven vormgeven. Wij hebben verschillende historische fasen behandeld die een beeld geven van het adaptatieproces van verschillende generaties van Marokkaanse afkomst aan de Nederlandse samenleving sinds de komst van de eerste arbeidsmigranten uit Marokko in 1960. Er is daarbij vooral gekeken naar hoe de religiositeit, problemen en manieren van coping van deze migrantenfamilies zich in Nederland hebben ontwikkeld. Er zijn de volgende conclusies uit deze historische analyse getrokken.

6.2.3.1. Veel problemen staan in verband met het adaptatieproces aan de Nederlandse samenleving

Ten eerste blijkt dat de migrantenfamilies waartoe de vrouwen uit ons onderzoek gerekend worden, sinds hun komst naar Nederland te maken hebben gehad met allerlei adaptatieproblemen. Er ontstaan in de beginfase na migratie problemen omdat hun waarden, normen, tradities, gebruiken en wijze van opvoeding sterk verschillen van die van de nieuwe samenleving. Daarnaast zijn sommigen bang voor discriminatie. De eerste generatie is niet goed toegerust om hun problemen in Nederland het hoofd te bieden. Er wordt daardoor regelmatig een beroep op hulpverleners gedaan.

De tweede en derde generatie participeren veel beter binnen de Nederlandse samenleving. Velen volgen hoger onderwijs en hebben daardoor een betere maatschappelijke positie verworven dan hun vaak laaggeschoolde ouders en grootouders (Omlo 2011). Dit heeft ook gevolgen gehad voor hun problemen en manieren van hun coping. Deze jongere generaties hebben nieuwe inzichten, visies, waarden, normen en vaardigheden ontwikkeld. Maar hierdoor ontstaan binnen deze gezinnen soms weer allerlei spanningen (Buitelaar 2007). Verschillende onderzoekers (Buitelaar 2007; 2009; Ketner 2010) constateren dat jonge vrouwen van Marokkaanse afkomst allerlei problemen hebben, omdat zij verschillende werelden van thuis en buitenshuis moeten zien te combineren. Toch zijn veel van deze migrantenjongeren daarin nog best succesvol te noemen (Ketner 2010), omdat zij deze verschillende werelden vaak vindingrijk weten te combineren. Zij vermijden daarbij bijvoorbeeld dat hun ouders te veel te weten komen over de werelden waar zij zich buitenshuis in bewegen. Hun copingstrategieën zijn gericht op het overtuigen en geruststellen van hun ouders. Op deze wijze verkrijgen zij meer bewegingsvrijheid. Daarnaast komt het voor dat zij het gedrag verbergen dat door hun ouders verboden wordt. Confrontatievermijding komt daarbij veel voor (Yerden 2010). Ook hebben zij veel steun van vriendinnen.

6.2.3.2. Religie speelt een rol bij het adaptatieproces na migratie

Een tweede conclusie is dat in de loop van de geschiedenis religie steeds belangrijker is geworden bij het adaptatieproces van de jongeren van Marokkaanse afkomst aan de Nederlandse samenleving. Het islamitische vertoog is belangrijk voor hun identiteit, hun zelfbeeld, zelfwaardering en het speelt een rol bij het verwerven van een betere positie in hun gezin en binnen de Marokkaanse gemeenschap in Nederland. Hun religie beschermt hun gevoel van zelfwaardering tegen de schadelijke effecten van discriminatie en stigmatisering. Jonge vrouwen van Marokkaanse afkomst vergroten door hun religiositeit hun aanzien en vertrouwen onder hun ouders of geloofsgenoten, waardoor hun vrijheid van handelen toeneemt.

De religieuze copingstrategieën die onderzoekers onder deze groep Nederlandse vrouwen met een Marokkaanse afkomst hebben waargenomen, zijn het versterken van de religieuze identiteit (Bartels 2005; Ketner 2010; Bartels & De Koning 2007; De Koning 2008; Buitelaar 2007; 2009); het intensiveren van religieuze praktijken, het ontwikkelen van vroomheid (Roex, Van Stiphout, Tillie 2010) en het zoeken van steun bij gelijkgestemde geloofsgenoten (Verkuyten 2003; Brouwer 2006; Van Nieuwkerk 2007). Volgens Bartels (2005), Ketner (2010), De Koning (2008) en Buitelaar (2007; 2009) biedt het vertoog van moslima-zijn hen zowel naar hun ouders als naar de Marokkaanse gemeenschap toe een succesvolle legitimering voor emancipatie. Daarbij is onder invloed van het internet en de sociale media een religieus orthodox vertoog onder jongeren gaan domineren, dat beïnvloed is door het salafisme (Roex et al. 2010). Afwijkende visies vanuit een meer liberalere, tolerante visie op de islam worden in Nederland niet sterk naar voren gebracht.

6.2.3.3. Meer spanning door de negatieve beeldvorming over de islam

Een derde conclusie is dat er sprake is van meer spanning onder Nederlandse jongeren van Marokkaanse afkomst in verband met de negatieve beeldvorming over de islam in Nederland. Terwijl de islam voor hen een steeds belangrijker onderdeel van hun identiteit is gaan vormen (Maliepaard & Gijsberts 2012) en zij steeds beter in de Nederlandse samenleving te integreren, worden zij tegelijkertijd binnen de Nederlandse samenleving geconfronteerd met een toename van de negatieve beeldvorming over zowel hun achtergrond als geloof (Omlo 2011).

6.2.3.4. Toenemende verschillen tussen de generaties in religiositeit

Een vierde conclusie is dat de verschillen in de religiositeit tussen islamitische ouders en kinderen van Marokkaanse afkomst zijn toegenomen. De islam van de eerste generatie migranten die zich vanaf 1960 vanuit Marokko in Nederland vestigen, wordt door onderzoekers vooral beschreven als een traditionele vorm van volksgeloof, waarbij lokale tradities, magische rituelen en gebruiken domineren.

Islamitische feesten, vrijgevigheid, gastvrijheid, het naleven van de vastenperiode en de voedselverboden worden nageleefd, maar ten aanzien van de gebedsplicht beschikt niet iedereen over voldoende religieuze bagage om deze op de voorgeschreven wijze uit te voeren. Dit geldt vooral voor de plattelandsvrouwen. Voor de huidige generatie jongeren van Marokkaanse afkomst zijn lokale tradities uit het herkomstland minder relevant geworden. Zij oriënteren zich op de islam die in boeken en op het internet wordt beschreven. In hun dagelijks leven is het op de juiste wijze praktiseren van de vijf zuilen van de islam, waaronder het bidden van de *salaat* een belangrijke rol gaan spelen. Deze jonge generatie moslims vinden hun ouders en grootouders “onwetend”, omdat zij vanuit hun gebrek aan kennis de islam in hun ogen verkeerd interpreteren en praktiseren.

De oudere generatie maakt zich echter steeds meer zorgen om de mogelijke radicalisering van hun kinderen op religieus gebied. Vanuit hun verbinding via het internet en de sociale media met radicale orthodoxe geloofsgenoten voelen sommige jongeren, waaronder hoogopgeleide vrouwen, zich niet meer thuis in Nederland en reizen zij af naar het Midden-Oosten om hun leven te geven voor het vestigen van een zuivere islamitische staat.

Dit veranderingsproces in religiositeit tussen de generaties staat in verband met recente ingrijpende contextveranderingen die zowel binnen de Arabische wereld als binnen Europa en Nederland hebben plaatsgevonden. Anno 2016 is er sprake van een politieke machtsstrijd tussen en binnen islamitische landen, tussen radicale islamitische groepen en hun tegenstanders. Deze politieke verschuivingen en strijd hebben invloed op relaties binnen gezinnen en de positie en acceptatie van de moslims in Nederland. Dit doorkruist de succesvolle adaptatie van islamitische, hoger opgeleide jongeren aan de Nederlandse samenleving.

6.3. *Discussie*

In deze paragraaf reflecteren we eerst over de generaliseerbaarheid van dit onderzoek, vervolgens reflecteren we op de gebruikte onderzoeksinstrumenten, de gebruikte coping-theorieën en de relatie met het adaptatieproces.

6.3.1. *Generaliseerbaarheid van dit onderzoek*

Ons onderzoek kent een aantal beperkingen inzake generaliseerbaarheid. Omdat wij gekozen hebben voor een onderzoek onder een selecte doelgroep, is het niet duidelijk in hoeverre onze onderzoeksbevindingen zeggingskracht hebben voor andere hoogopgeleide moslima's van Marokkaanse afkomst in Nederland. Deze

studie is gebaseerd op een exploratief kwantitatief onderzoek onder 177 respondenten die via de sneeuwbalmethode en niet via een aselechte steekproef zijn benaderd. Voor het kwalitatieve gedeelte van ons onderzoek hebben wij 13 respondenten uit de groep van 177 respondenten geïnterviewd. De uitkomsten uit dit onderzoek zijn daarom niet representatief voor alle Nederlandse hoogopgeleide moslima's van Marokkaanse afkomst. Waarmee kunnen eventuele verschillen te maken hebben?

Onze respondenten behoren tot een groep met een specifieke opleiding, zij zijn benaderd vanuit netwerken van studenten en op de opleidingslocaties Sociaal Juridische Dienstverlening, Sociaal Pedagogische Hulpverlening en Maatschappelijk Werk van de Hogeschool van Amsterdam en van de Hogeschool Utrecht. Het is mogelijk dat vrouwen die voor een hulpverlenend of sociaal beroep kiezen specifieke kenmerken hebben. Het is ook denkbaar dat de vrouwen uit dit onderzoek daardoor over een specifiek religieus referentiekader beschikken om over problemen en stress te spreken. In hoeverre zij daarin van moslima's van andere opleidingen verschillen, is niet onderzocht.

Daarnaast bevinden de respondenten uit ons onderzoek zich in een specifieke levensfase: zij studeren nog of zijn pas afgestudeerd. Wij hebben hen dus vragen gesteld over hun geloof, het bidden en hun manier van probleemhantering in een specifieke periode van hun leven. De meeste vrouwen zijn ongehuwd en wonen nog bij hun ouders. Slechts een beperkt aantal van hen is gehuwd en heeft kinderen. In deze levensfase zijn zij nog overwegend bezig met het verwezenlijken van hun idealen, zowel op religieus als op maatschappelijk gebied. Zij zijn gericht op hun opleiding, hun beroeps carrière en hopen daarnaast een geschikte levenspartner te vinden om een gezin mee te stichten. Deze levensfase heeft invloed op de verwachtingen die zij koesteren en de problemen waarmee zij worstelen. Er is dus in deze studie weinig inzicht verkregen in problemen die in verband staan met echtgenoten en kinderen, het combineren van werk en gezin, of het niet kunnen verwezenlijken van belangrijke idealen. Er is vervolgonderzoek nodig naar de rol van bidden en andere vormen van religieuze coping bij het hanteren van problemen in andere levensfasen.

Hoewel deze beperkingen invloed hebben op de reikwijdte (Goudsblom 1974) van de gevonden onderzoeksresultaten, wijken onze onderzoekresultaten, zoals blijkt uit de analyse van de historische en maatschappelijke context in hoofdstuk 5, niet af van wat Nederlandse onderzoekers kenmerkend vinden voor de religiositeit en wijze van coping van andere jonge islamitische vrouwen van Marokkaanse afkomst in Nederland. Nederlandse moslima's van Marokkaanse herkomst behoren volgens verschillende onderzoekers tot een tamelijk homogene groep. De overeenkomsten in maatschappelijke positie, in achtergronden van

ouders, in tradities, opvattingen, waarden, normen, taboes, gebruiken, problemen, copingstrategieën en in religie zijn groot.

Een derde beperking betreft het feit dat onze onderzoeksgegevens gebonden zijn aan een specifieke tijdsperiode. Ons onderzoek is verricht in 2009. Sindsdien is de mondiale en nationale context ingrijpend veranderd. In Nederland en in Europa is er in toenemende mate sprake van angst voor geradicaliseerde islamitische jongeren. Dit heeft gevolgen voor de tolerantie van een religie als de islam en de acceptatie van moslims. Door deze bedreiging kan het moeilijker worden om islamitische respondenten te vinden die vrijuit willen spreken over hun religieuze opvattingen.

Een vierde beperking die het kwalitatieve onderzoek betreft, is dat er niet meer dan dertien vrouwen uit de groep van 177 respondenten bereid waren om geïnterviewd te worden. Dit wijst op een zekere schroom bij de respondenten om in gesprek te gaan over hun geloof en hun problemen. Ook tijdens de interviews waren sommige vrouwen terughoudend om expliciet antwoord te geven op onze vragen. Zo bleven zij soms vaag over hun problemen en hun religieuze twijfels of ambivalente gevoelens naar God. Dit sluit aan bij de opmerkingen van Abu Raiya & Pargament (2010, 2011) dat moslims zich minder vaak uiten over hun religieuze strijd, of hun negatieve religieuze gedachten en gevoelens. Ook dit thema vraagt om nader onderzoek.

6.3.2. Reflectie over de gebruikte onderzoeksinstrumenten en onderzoeksvragen

In deze paragraaf geven wij weer in hoeverre de door ons gebruikte onderzoeksinstrumenten (vragenlijst en interviews) als betrouwbaar en valide beschouwd kunnen worden. Daarbij reflecteren wij eerst over het vragenlijst-onderzoek en vervolgens over de interviews. In hoeverre waren de door ons gebruikte onderzoeksvragen, aansluitend bij eerder onderzoek over religie, bidden en religieuze coping, bruikbaar (betrouwbaar en valide) voor het in beeld brengen van de religiositeit, het bidden en de religieuze coping van onze moslima's? Tot slot reflecteren wij over het gebruik van een mixed methods benadering. Hoe verliep de combinatie van een vragenlijst-onderzoek met interviews? Deze vragen zullen we achtereenvolgens beantwoorden.

Vragenlijst-onderzoek

Een aantal van de viertal bezwaren die volgens Hill (2015) kunnen optreden bij het gebruik maken van gestandaardiseerde vragenlijsten met schaalvragen, de "*paper and pencil self-reports*" (Hill 2015: 52) zijn mogelijk ook opgetreden bij onze onderzoekspopulatie. Wij zullen dit nader toelichten.

Het eerste bezwaar van Hill (2015) is dat respondenten het lastig kunnen vinden om hun religiositeit weer te geven door middel van gesloten vragen. Dit heeft ook bij enkele van de door ons benaderde respondenten gespeeld. Zij vonden het moeilijk om een keuze te maken tussen verschillende antwoordmogelijkheden. Enkele moslima's hebben daardoor zelfs de vragenlijst maar voor een deel ingevuld. Deze vragenlijsten zijn niet meegenomen in het onderzoek.

Het tweede bezwaar van Hill (2015) is dat respondenten sociaal wenselijke antwoorden kunnen geven. Het invullen van een anonieme vragenlijst biedt echter een respondent de mogelijkheid om af te wijken van hetgeen in eigen kring als wenselijk antwoord wordt beschouwd. Bij onze 177 respondenten is de onderlinge overeenstemming ten aanzien van de waardering van de islam echter hoog. Zo hebben zij vaak gekozen voor de hoogst mogelijke positief gestelde antwoordcategorie. Dit kan er op wijzen dat zij zich aan de norm houden om de islam in een positief daglicht te stellen, zelfs bij het invullen van een anonieme vragenlijst. Ook kan het van invloed zijn geweest dat veel vragenlijsten zijn verzameld door islamitische vrouwen binnen hun eigen netwerk, wat sociaal wenselijke antwoorden kan hebben bevorderd.

Het derde bezwaar van Hill (2015) is dat sommige vragen voor bepaalde respondenten op een te ingewikkelde wijze geformuleerd kunnen zijn. Dit heeft bij een paar respondenten gespeeld, die dit meedeelden bij het inleveren van hun vragenlijst.

Het vierde bezwaar van Hill (2015) is dat respondenten soms minder zorgvuldig de vragen invullen. Dit punt speelde bij sommige respondenten die van mening waren dat er vragen werden herhaald, waardoor zij de lijst minder aandachtig hebben ingevuld.

Ondanks deze bovengenoemde bezwaren zijn wij van mening dat op basis van hun reacties bij het inleveren van de vragenlijst en vanwege het feit dat er geen onregelmatigheden bij de beantwoording zijn geconstateerd, de meeste respondenten de vragenlijst zo goed mogelijk hebben geprobeerd in te vullen. Zij waren geïnteresseerd in het onderwerp, het invullen van de vragenlijst zette hen aan het denken over de betekenis van hun geloof in hun dagelijks leven.

Wij vermoeden dat er bij het invullen van de vragenlijst wel sprake geweest kan zijn van zelfcensuur. De islamitische respondenten uit ons onderzoek hebben nauwelijks kritiek op de islam. Zij brengen ook nauwelijks negatieve vormen van religieuze coping naar voren. Zoals al is aangegeven, uiten moslims minder religieuze twijfels en hebben zij nauwelijks kritische opmerkingen over islamitische dogma's.

Een ander probleem dat zich mogelijk heeft voorgedaan, is dat vragen over begrippen als religie, bidden en religieuze coping verwijzen naar complexe erva-

ringen, die niet gemakkelijk in woorden zijn te vatten. Zo kan het voor een respondente moeilijk zijn om bij het invullen van een vragenlijst precies aan te geven wat bidden in tijden van stress betekent. Het verwoorden van religieuze gedachten, gevoelens of handelingen is lastig. De antwoorden die onze respondenten hebben gegeven, kunnen slechts benaderen wat zij precies bij het bidden hebben ervaren. Bidden is een uiterst complex proces, waarbij psychologisch gezien cognities, attitudes, emoties en gedrag een rol spelen. Het beantwoorden van vragen over bidden vraagt om het verwoorden en herinneren van persoonlijke momenten, die voor een deel berusten op intuïtieve, niet-bewuste processen (Tremelin 2006; Lazarus 1999).

Daarnaast is het terugdenken aan en verwoorden van bidervaringen verwarrend, omdat er immers op veel verschillende momenten wordt gebeden, waarbij er verschillende gebeden kunnen worden gebruikt. Dus wat geeft men bij een vraag over het bidden precies aan, wat verwoordt men wel en wat niet? Bij het beantwoorden van een vragenlijst waar alleen een woord als “bidden” wordt gebruikt, kan er daarbij verwarring ontstaan omdat niet duidelijk is naar welke vorm of naar welk moment van bidden er precies wordt gevraagd. Een moslim kan bij bidden denken aan de *salaat*, aan smeekbedes, aan *dhikr* of aan het op een vrije wijze uitwisselen van gedachten met God.

Interviews

Bij het kwalitatieve onderzoek kan er bij de interviews een vertekening plaats hebben gevonden door de interactie met de interviewer. Bij een sterke overtuiging dat het geloof geen blaam treft en de ultieme waarheid is, kan het lastig zijn om over geloofsopvattingen te twijfelen. Daarnaast is het uiten van religieuze twijfels ten overstaan van een derde persoon nog iets anders dan het in gedachten twijfelen. Zo kan er ook tijdens het interview sprake zijn geweest van een vorm van religieuze zelfcensuur.

Zo kan het een rol hebben gespeeld dat interviewers zelf geen moslim waren. Dit betekent dat deze geïnterviewde moslima's tegen niet-geloofsgenoten over hun geloof, hun relatie met God, hun wijze van bidden en coping vertelden. Daardoor waren zij misschien geneigd om de islam te verdedigen. Het spreken over de islam, God en bidden maakt dan immers deel uit van het persoonlijke vertoog van deze moslima's naar een niet islamitische buitenwereld. Wat kan wel of niet tegen een buitenstaander gezegd worden over het geloof, de relatie met God, het bidden en de eigen probleemhantering? Het is echter ook denkbaar dat het gemakkelijker is om zich tegenover een buitenstaander te uiten dan tegenover een geloofsgenote. Bij een islamitische interviewer kan het immers moeilijk zijn om in volledige openheid over de eigen geloofsbeleving, geloofsopvattingen en praktijken

te vertellen, als men niet als slechte of onwetende moslim gezien wil worden of men bang is voor roddel binnen de eigen geloofsgemeenschap.

Ook moet in ogenschouw worden genomen dat de onderzoeker vanuit haar functie als docent vertrouwd is met het in gesprek gaan met islamitische vrouwen van Marokkaanse afkomst. Dit kan haar manier van interviewen beïnvloed hebben. Zo heeft zij de terughoudendheid van respondenten gerespecteerd bij schaamtevolle onderwerpen. Het is ook niet uit te sluiten dat deze vertrouwde met de onderzoeksgroep en de betrokkenheid bij hun beleving een rol hebben gespeeld bij de geïnterviewde respondenten zelf. Om deze invloed beperkt te houden, heeft de onderzoeker zelf slechts 5 interviews van de 13 verricht en zijn de vragenlijsten zoveel mogelijk met behulp van andere onderzoekers verzameld.

Maar ondanks deze beperkingen hebben wij de indruk dat de meeste geïnterviewde respondenten spontaan en zo eerlijk mogelijk over hun geloofsbeleving en coping hebben verteld. Sommigen hielden echter hun problemen met bijvoorbeeld vriendjes liever voor zich, of vermeden details.

Onderzoeksvragen: betrouwbaarheid

De gebruikte onderzoeksinstrumenten bleken voldoende betrouwbaar om de religiositeit en de wijze van bidden bij de moslima's uit ons onderzoek vast te kunnen stellen. De interne betrouwbaarheid van deze schalen was hoog en varieerde van 0.60 tot 0.95. Ook uit het onderzoek in Iran door Rohani et al. (2010) wordt de betrouwbaarheid van de twee schalen van de Brief RCOPE, de PRC en NRC⁴¹ onder een islamitische onderzoekspopulatie bevestigd. Er was maar één schaal die onder het veel gehanteerde criterium van 0.70 uit kwam. Deze schaal (reflectief gebed) bestaat overigens maar uit twee items.

Onderzoeksvragen: validiteit

Over de validiteit van onze onderzoeksinstrumenten kan het volgende worden gezegd. De onderzoekschalen voor het meten van de algemene religiositeit (intrinsieke religiositeit, volwassen geloof en religieus welzijn) bleken goed aan te sluiten bij deze sterk religieuze onderzoeksgroep. Ook de vragen naar bidfrequentie waren goed geënt op deze groep. Bij de vragen over het bidedrag lag de situatie wat complexer. We gebruikten de bidvarianten items uit het onderzoek van Bänziger, Van Uden & Janssen (2006). Het model voor het vaststellen van bidvarianten, op basis van de verschillende structuurkenmerken van het verschijnsel "bidden" die door Janssen et al. (1998) en Bänziger et al. (2005) zijn

⁴¹ De interne consistentie van de NRC-schaal nam net als bij onze islamitische onderzoekspopulatie toe na verwijdering van het item: bij problemen stel ik vragen bij de macht van God.

onderscheiden, blijkt tweliswaar bruikbaar om variaties van bidden te verhelderen, die er onder deze islamitische respondenten bestaan. Echter de bidvarianten van Janssen et al. (1998) werden niet alle teruggevonden. Het voorkomen van de twee meer moderne bidvarianten (psychologisch en meditatief gebed) werd niet bevestigd. Ook bleken 5 items niet in één factor opgenomen te kunnen worden. Dit model voor het vaststellen van varianten van bidden maakt het wel mogelijk om het bidden van respondenten met verschillende geloofstradities onderling met elkaar te vergelijken. Bij bidders met een andere religieuze traditie kunnen andere combinaties in kenmerken van bidden naar voren treden. Er is echter meer onderzoek met behulp van dit model van bidden nodig om hierover uitspraken te kunnen doen.

De onderzoeksinstrumenten van Pargament (1997) voor het meten van religieuze copingstijlen en de twee religieuze copingschalen van de Brief RCOPE waren geschikt om het gebruik van copingstijlen en vormen van positieve en negatieve coping te kunnen bepalen. Ook bij het kwalitatieve onderzoek bood het religieuze coping paradigma van Pargament (1997; 2007) een helder analysekader voor verdieping van de complexe relatie tussen individuele religiositeit en het hanteren van problemen.

In ons kwantitatieve onderzoek hebben wij de items van de religieuze copingstijlen van Pargament (1997) aan de situatie van onze moslimrespondenten aangepast. Bij deze drie schalen is het woord “samenwerken met God” vervangen door de formulering: “met hulp van Allah”. Hierdoor meten de schaalitems mogelijk niet meer het zelfde. Er is dan immers door deze verandering niet meer sprake van het bevestigen van een samenwerkingsrelatie met God. Toch doet het woord “hulp” in plaats van “samenwerken” geen afbreuk aan de inhoudelijke strekking van deze schaal. Het gaat bij de samenwerkende religieuze copingstijl immers om de actieve rol die zowel God als de persoon zelf speelt bij het hanteren van problemen. Vanuit ons onderzoek hebben wij niet de indruk dat de respondenten met deze copingstijl door het invoeren van de hulp van God die in hun ogen almachtig is, minder hun best deden om hun problemen zelf op te lossen. Het gaat bij hen dus echt om een actieve houding bij probleemhantering en niet om een passieve vorm van coping. Want zoals sommigen bij het kwalitatieve onderzoek aangaven, je kan God om hulp vragen, maar dat ontslaat je niet van de plicht zelf ook iets te ondernemen. Dit komt overeen met hun visie op het lot: God heeft de regie over je leven, maar Hij laat je vrij om zelf keuzes te maken en iets te ondernemen.

De benaming “samenwerkende religieuze copingstijl” dekt echter niet wat moslims bedoelen als zij aangeven dat zij met hulp van Allah, zelf hun problemen oplossen. Een betere benaming van deze schaal zou dan zijn: de actieve religieuze

copingstijl. Want bij deze “samenwerkende religieuze copingstijl” wordt zowel aan God als de mens een actieve rol in het copingproces toegeschreven. Deze benaming zou dan het contrast uitdrukken met de afwachtende religieuze copingstijl, waar God als actief en de mens als passief wordt gezien. De term “actieve religieuze copingstijl” zou daarnaast in voldoende mate verschillen van de “zelfsturende” religieuze copingstijl, die verwijst naar een actieve, zelfsturende rol van de mens en een passieve rol van God.

Een tekortkoming in ons onderzoek kan zijn dat er bij het kwantitatieve onderzoek onvoldoende aandacht besteed is aan specifieke islamitische vormen van religieuze coping. In het kwalitatieve onderzoek zijn er namelijk ook andere vormen van religieuze coping naar voren gekomen. Zo gebruiken de respondenten ook andere religieuze middelen om hun stress te verminderen, zoals het verrichten van *dhikr*gebeden, het lezen in de koran en het beluisteren van koranrecitaties. Daarnaast gebruiken zij ook religieuze opvattingen, zoals dat zij geduld moeten hebben omdat God hen test op hun standvastigheid in het geloof. Deze specifieke religieuze copingstrategieën komen overeen met de positieve vormen van religieuze coping die Abu Raiya en Pargament (2010) voor het meten van islamitische respondenten onderscheiden. Het gaat om de volgende items: *“I consider that a test from Allah to deepen my belief”*; *“I read the Holy Qura’n to find consolation”* en *“I remind myself that Allah commanded me to be patient”*.

Wij hebben bij de opzet van ons onderzoek in 2008 geen gebruik gemaakt van de onderzoeksinstrumenten die door Abu Raiya & Pargament (2008a) voor de religiositeit en religieuze coping van moslims zijn ontwikkeld. Zoals toegelicht is, konden wij bij de start van ons onderzoek nog niet over deze schalen beschikken. Hun schaal om bij moslims religieuze strijd te kunnen vaststellen, kan van waarde zijn voor de hulpverlening aan islamitische cliënten. Deze schaal meet de specifieke vormen van religieuze strijd en twijfel die bij islamitische respondenten kunnen voorkomen. Als moslims aan zichzelf twijfelen omdat zij geen steun van God ervaren, terwijl een moslim altijd op God hoort te vertrouwen, kan dit hun zorgen vergroten. Zo kunnen zij, zoals Edrisi (2007) aangeeft, in stilte lijden, omdat zij dergelijke onderwerpen niet durven te bespreken uit angst voor afwijzing of omdat zij daarmee tonen dat zij God afvallen en geen goede moslim zijn.

Bij de uitvoering van ons kwalitatieve onderzoek blijkt de op theorie gebaseerde topiclijst een goed onderzoeksinstrument. Het theoretische kader van Lazarus & Folkman (1984) was goed bruikbaar om interviewvragen over stress en coping te kunnen formuleren. Daarbij hebben wij baat gehad om in navolging van Lazarus (2000) te vragen naar de levensdoelen van onze respondenten. Hierdoor komt het belang dat de respondenten hechten aan wereldse of juist religieuze doelen scherper naar voren. De moslima’s die zich meer op wereldse doelen oriënteren,

onderscheiden zich in religiositeit, de wijze van bidden en religieuze coping, van degenen die prioriteit geven aan hun religieuze doelen.

Mixed methods

De combinatie van kwantitatief onderzoek en kwalitatief onderzoek, een “*mixed methods*” benadering (Park & Paloutzian 2015), bood voordelen, maar de afstemming tussen deze twee onderzoekstechnieken was niet altijd optimaal. Zo was het niet mogelijk om bij het kwalitatieve onderzoek een interview af te nemen met respondenten van een “zuiver” type religieuze copingstijl of bidvariant. Ook was het soms lastig om uitkomsten uit het kwantitatieve onderzoek te verbinden met de kwalitatieve gegevens. Zo was het niet eenvoudig om de vier gevonden varianten van bidden te verbinden met de wijze waarop de respondenten tijdens het interview over bidden spraken. De respondenten spreken bij bidden immers alleen in termen van de verschillende islamitische gebeden die zij gebruiken. Zo vonden wij in het kwalitatieve onderzoek geen speciale vorm van bidden terug die overeenkomsten vertoont met het reflectief gebed dat bij het kwantitatieve onderzoek werd onderscheiden. Wel beschrijven respondenten dat zij bij het bidden soms nadenken over hun situatie en dat zij daarbij tot bepaalde inzichten komen.

6.3.3. Reflecties over de theorieën over coping, religieuze coping en bidden als religieuze copingstrategie

In deze paragraaf reflecteren wij over de gebruikte theorie in relatie tot de onderzoeksresultaten. Daarbij reflecteren wij eerst over de stress en copingtheorie van Lazarus & Folkman (1984), vervolgens over de theorie over religieuze coping van Pargament (1997) en tot slot over de theorievorming over bidden met betrekking tot coping.

6.3.3.1. Reflecties over de stress- en copingtheorie van Lazarus & Folkman (1984)

Ten aanzien van de bruikbaarheid van de stress- en copingtheorie van Lazarus en Folkman (1984) hebben wij de volgende reflecties geformuleerd.

De relatie tussen inschattingen, waarden, emoties en stress

Volgens Lazarus & Folkman (1984) ontstaat stress door de inschatting (*appraisal*) dat een situatie voor iemand bedreigend is. Een situatie wordt als bedreigend ervaren als essentiële belangen, waarden, normen en doelen op het spel staan. Emoties vragen dan om aandacht. Daardoor ontstaat de neiging om iets te ondernemen (Frijda 2001). Er is sprake van coping als men vervolgens probeert om een situatie te veranderen (probleemgerichte coping), of als men middelen inzet om de eigen

emoties te hanteren (emotiegerichte coping). Coping speelt zich altijd af binnen een specifieke context waaraan een persoon zich moet aan passen. Vanuit dit theoretische kader wordt dus aandacht gegeven aan de inschattingen (*appraisals*) die mensen maken, de emoties die daardoor worden opgeroepen en wordt er bestudeerd welke middelen mensen inzetten om hun spanningen te verminderen. Coping is succesvol als er sprake is van stressreductie of als de bedreiging wordt weggenomen.

Wat betekenen deze theoretische inzichten voor het begrijpen van welke rol religie en bidden spelen in het copingproces van de islamitische respondenten uit ons onderzoek? De situaties die zij als stressgevend of bedreigend ervaren, hebben wij kunnen relateren aan hetgeen zij belangrijk vinden in hun leven. Het roept emoties bij hen op indien hun belangen, waarden, normen en levensdoelen op het spel staan. In de interviews werd zichtbaar dat de respondenten veel waarde hechten aan de band met hun ouders. Het raakt hen als hun dierbaren verdriet hebben, ziek worden, als er ruzie ontstaat, of als zij iets doen waarmee zij hun ouders kwetsen of teleurstellen. Zij willen op maatschappelijk gebied goed presteren en de dromen van hun ouders waarmaken. Zij hechten belang aan bepaalde waarden die zij tijdens hun opvoeding hebben meegekregen, zoals de loyaliteit naar hun ouders, gezin en familie. Ook islamitische waarden spelen daarbij mee, zoals de onvoorwaardelijke overgave, trouw en dankbaarheid ten opzichte van God, het geloof in Gods wil, het belang van de vijf zuilen van de islam, het respecteren van hun ouders, het huwelijk en moederschap. Zij willen een “goed mens” zijn en zich hulpvaardig, vredelievendheid, tolerant en rechtvaardig opstellen, niet over anderen roddelen of over hen oordelen. Als zij inschatten dat deze waarden in het geding zijn, worden emoties geactiveerd.

Coping gestuurd door persoonskenmerken en gestuurd door de nabije sociale omgeving

Volgens Lazarus (1999) spelen bij stress en coping verschillen in persoonskenmerken een rol, die kunnen verklaren waarom de ene persoon een vergelijkbare situatie wel als stressvol ervaart en de andere niet. Mensen verschillen in wat zij als bedreigend inschatten. Dit heeft te maken met verschillen in persoonlijke eigenschappen, zoals kwetsbaarheid, draagkracht, draaglast, mate van optimisme enzovoorts (Lazarus 1999). Ook in onze studie hebben wij geconstateerd dat deze islamitische respondenten onderling van elkaar verschillen. Wij hebben echter geen onderzoek gedaan naar verschillen in persoonskenmerken. Wel hebben wij geconstateerd dat sommige vrouwen meer plichtsgetrouw zijn dan anderen. En sommige vrouwen vinden van zichzelf dat zij zich snel zorgen maken, terwijl anderen juist getuigen van veel zelfvertrouwen en een vertrouwen in de toekomst. Deze verschillen zijn ook op religieus gebied terug te zien. Sommige vrouwen zijn snel verontrust bij het niet

vervullen van hun religieuze plichten, terwijl anderen zich juist vrijblijvender opstellen. Ook zijn sommige vrouwen angstiger voor de hel dan andere vrouwen.

Naast deze persoonskenmerken heeft volgens Lazarus (1999) de nabije sociale omgeving waarbinnen iemand leeft invloed op het copingproces. Deze context speelt zowel een rol bij het inschatten van problemen als dat het een bron van steun, hulpbronnen en spanningen kan zijn. De meeste respondenten uit ons onderzoek wonen nog bij hun ouders in. Hun sociale context wordt op dit moment van hun leven bepaald door hun gezinsleven en hun deelname aan de Nederlandse samenleving. Deze sociale context heeft invloed op de inschattingen die zij maken, de problemen die zij ervaren en de hulpbronnen die zij inzetten om hun stress te hanteren. Wij zullen dit nader toelichten.

De respondenten uit ons onderzoek beschikken over vergelijkbare hulpbronnen, zij delen vergelijkbare opvattingen, waarden, normen en gebruiken door hun overeenkomstige familiegeschiedenis als dochters van arbeidsmigranten uit Marokko. Zij delen dezelfde culturele achtergrond en refereren aan dezelfde islamitische waarden, normen en opvattingen. Zij zijn overwegend ongehuwd, thuiswonend, werkend en hoogopgeleid. Binnen deze sociale context staat de steun van de relatie met hun ouders centraal. Deze relatie beïnvloedt hun belangrijkste waarden en normen (zie Lazarus 1999); de doelen die zij in hun leven nastreven; de hiërarchie in deze doelen, datgene waarin zij geloven, wat zij van belang achten en hoe zij zich naar God en de rest van de wereld opstellen. De relatie met hun ouders kleurt als het ware hoe zij de wereld om hen heen zien, hoe zij God ervaren en op welke religieuze hulpbronnen zij een beroep doen als zij met tegenslag en problemen geconfronteerd worden.

Deze gedeelde migratieachtergrond en context veroorzaakt echter ook specifieke spanningen en problemen. De dertien respondenten willen hun ouders respecteren en voorkomen dat zij hen verdriet doen, maar zij hechten door hun participatie in de Nederlandse samenleving waarde aan andere opvattingen, waarden, normen en gewoontes. Hierdoor ontstaan spanningen en ruzies met hun ouders. Dergelijke spanningen binnen migrantengezinnen worden door Berry (1997) en Lazarus (1997) in verband gebracht met verschillen tussen de generaties in adaptatie aan de nieuwe samenleving. Elke migrantengeneratie staat voor de uitdaging om te bepalen wat men wil behouden van de eigen achtergrond, wat men wil opgeven en wat men wil overnemen van de nieuwe leefomgeving. Er kan onenigheid binnen gezinnen ontstaan als de kinderen zich sneller dan hun ouders lief is, aanpassen aan de nieuwe samenleving. Vanuit de angst dat kinderen gedrag gaan vertonen dat ouders niet tolereren, kunnen ouders hun kinderen allerlei restricties opleggen. Vooral in gezinnen waarin ouders willen vasthouden aan

bepaalde culturele en religieuze waarden, normen en tradities uit het gebied van herkomst en de kinderen willen integreren kan er strijd ontstaan.

Dergelijke intergenerationele spanningen zijn door verschillende onderzoekers (Buitelaar 2009, Ketner 2008; 2009) bij islamitische meisjes van Marokkaanse afkomst in Nederland waargenomen. Vooral het combineren van de eigen wensen met die van de ouders kan een hele opgave zijn voor deze dochters. Vooral bij de vrouwen die hoger opgeleid zijn, kunnen er spanningen optreden als zij vanwege hun maatschappelijke participatie steeds moeten balanceren tussen conflicterende sociale rollen (Berry 1997; Lazarus 1999: 145). Zij moeten dan steeds switchen in contexten, vanuit hun rol als dochter, student, werknemer, vriendin of partner. Dit veroorzaakt spanningen die regelmatig terugkeren, omdat men niet goed in staat is om dergelijke situaties te veranderen. Dit verwijst naar wat Lazarus (1999) chronische vormen van stress noemt.

Dat het adaptatieproces van migrantenfamilies aan een nieuwe samenleving gepaard kan gaan met stress hebben wij ook bij de islamitische respondenten uit onze studie teruggezien. Als men als individuele nieuwkomer op de maatschappelijke ladder wil stijgen, vraagt dit veel van iemands copingvaardigheden. Vooral als men niet over voldoende financieel en sociaal kapitaal beschikt en ook het meegekregen copingrepertoire binnen de nieuwe context minder adequaat is, kan de onvoorwaardelijke steun van ouders, gezinsleden en familieleden onontbeerlijk zijn. In dergelijke moeilijke omstandigheden kan onderlinge verbondenheid en onvoorwaardelijke steun een essentiële voorwaarde zijn voor een succesvolle adaptatie. Een breuk met de eigen achtergrond kan risicovol zijn, als men de steun van het eigen netwerk nog niet kan vervangen door de steun vanuit nieuwe netwerken.

De invloed van de maatschappelijke en historische context

Lazarus (1999) wijst ten aanzien van het copingproces ook op de invloed van de specifieke culturele, maatschappelijke context waarbinnen men zich bevindt. Deze wordt ook bepaald door de tijd waarin men leeft. In deze studie hebben wij onderzoek verricht binnen Nederland in een specifieke historische periode onder een groep respondenten met een vergelijkbare familiegeschiedenis, culturele achtergrond, religieuze traditie en maatschappelijke positie. De vrouwen uit deze studie behoren maatschappelijk gezien tot een islamitische minderheid die in deze periode door de seculiere meerderheid wordt geconfronteerd met negatieve beeldvorming over hun eigen etnische groep en in het bijzonder over de islam. Dit brengt een specifieke vorm van stress met zich mee.

In vergelijking met hun ouders en grootouders beschikken deze respondenten echter door hun maatschappelijke positie als hooggeschoolde internet-

generatie over een gevarieerder copingrepertoire, ook op religieus gebied. Zij kunnen daardoor veel nieuwe vaardigheden en hulpbronnen inzetten om hun spanningen en stress te hanteren. Zo delen zij met geloofsgenoten via het internet of via cursussen of boeken religieuze kennis, opvattingen, praktijken en copingadviezen. Hierdoor is ook hun religieuze identiteit sterker geworden en daardoor hun zelfwaardering. Door deze kennis over de islam kunnen zij meer invloed uitoefenen doordat zij op basis van de islam argumenten naar voren kunnen brengen, waarmee zij hun ouders of anderen kunnen overtuigen. Een gevaar van deze religieuze uitwisselingen op het internet, sociale media of via cursussen is echter dat zij daardoor ook beïnvloed kunnen worden door een fundamentalistisch islamitisch vertoog dat afwijkt van de opvattingen over de islam van hun eigen ouders. Hierdoor kunnen de spanningen in islamitische gezinnen toenemen.

6.3.3.2. *Reflecties over de religieuze copingtheorie van Pargament (1997)*

Bij het kwalitatieve onderzoek was het religieuze coping paradigma van Pargament (1997; 2007) waardevol om de complexe relatie tussen individuele religiositeit en het hanteren van problemen te kunnen analyseren. Vanuit onze reflecties over de religieuze copingtheorie van Pargament (1997) besteden wij eerst aandacht aan de het belang van betekenis voor het copingproces, vervolgens gaan we in op religie als aanleiding tot spanningen (*religious distress*).

De relatie tussen religie en coping: het belang van betekenisgeving

Zoals is aangegeven in hoofdstuk 2, hebben volgens Pargament (1997) religieuze oriëntaties een speciale meerwaarde omdat zij een belangrijke rol spelen bij het hanteren van ingrijpende gebeurtenissen. Juist onder moeilijke omstandigheden gaat men op zoek naar betekenis: "*significance*". Dit zoeken naar een zinvol bestaan door een beroep doen op de verbinding met God en een religieus referentiekader, zien wij bij veel islamitische Nederlandse jongeren van Marokkaanse afkomst in Nederland terug. Vanuit hun problemen met de adaptatie aan de Nederlandse samenleving en door de confrontatie met discriminatie op basis van hun Marokkaanse en islamitische achtergrond, zijn zij in hun zoektocht naar houvast en identiteit een sterk religieus bewustzijn gaan ontwikkelen. Zij zijn zich gaan heroriënteren op de bronnen van zingeving die zij van hun ouders meekregen. Daarbij hebben zij de religie van hun ouders herontdekt en van nieuwe betekenissen voorzien. Dit geldt ook voor de religieuze en niet religieuze copingstrategieën van hun ouders.

Ook de islamitische jonge hoogopgeleide vrouwen uit onze studie geven vorm aan een nieuwe, sterke religiositeit, waarbij religieuze tradities en gewoonten uit het gebied van herkomst minder belangrijk zijn geworden. Deze religiositeit

ondersteunt hen bij het hanteren van de onzekerheden en problemen waarmee zij binnen de seculiere Nederlandse samenleving worden geconfronteerd. Deze religiositeit wijkt af van die van hun ouders die zich nog grotendeels oriënteren op de traditionele volksislam die in het gebied van herkomst werd gepraktiseerd. In hun zoektocht naar de betekenis van de islam voor hun eigen leven, ontwikkelen zij samen met hun generatie van geloofsgenoten eigen religieuze opvattingen en praktijken die afwijken van vorige generaties, onder andere via uitwisseling op het internet. Dit zoeken naar betekenis waarbij het religieuze referentiekader van de ouders wordt (her)ontdekt, aangepast en vervolgens wordt verdiept, is ook bij islamitische jongeren in andere Westerse samenlevingen waargenomen.

De wijze waarop individuele islamitische jongeren de islam vormgeven en benutten bij het hanteren van stress verschilt. Maar net als geloofsgenoten elders in de wereld noemen de islamitische respondenten uit onze studie, vooral de positieve vormen van religieuze coping. Dit delen zij met andere moslims, zoals blijkt uit de analyse van 101 kwantitatieve onderzoeken onder islamitische respondenten door Abu Raiya & Pargament (2011a) die in Engelstalige tijdschriftartikelen zijn gepubliceerd. Ook andere islamitische respondenten uiten weinig religieuze twijfels. Zij zijn overwegend heel positief over hun geloof en ervaren in moeilijke tijden veel steun vanuit de islam en het contact met God (Flere & Lavrič 2008; Ai et al. 2005b; Khan & Watson 2006; Tiliouine, Cummins & Davern 2009; Abu Raiya et al. 2008a; en in Nederland door Braam, Schrier, Tuinebreijer, Beekman, Dekker & De Wit 2010). Abu Raiya en Pargament (2010) brengen de onvoorwaardelijke acceptatie van de islam in verband met het belang dat moslims hechten aan de overgave aan God, Zijn wil, het lot en de waarheid van Gods openbaring in de koran. Moslims worden daardoor aangemoedigd om altijd op God te vertrouwen. Een kritische houding ten opzichte van het religieuze referentiekader wordt afgekeurd, waardoor er naast een orthodox fundamentalistisch vertoog geen alternatieve religieuze visies en praktijken tot ontwikkeling komen.

Religie als aanleiding tot spanningen: "religious distress"

Zoals in hoofdstuk 2 is aangegeven, maakt Pargament (2007) een onderscheid tussen drie typen van religieuze strijd, namelijk: (1) interpersoonlijke, dit wil zeggen religieuze conflicten met anderen, (2) intrapsychische problematiek en (3) strijd ten aanzien van de relatie met God. Deze indeling in vormen van "religious distress", geeft inzicht in welke achterliggende belangen, doelen en waarden op het spel staan, die vervolgens emoties oproepen.

Het eerste type spanning doet zich voor als er sprake is van conflicten met geloofsgenoten (Pargament 2007), zoals gezinsleden, vrienden en kennissen. Dit type spanning komt ook onder de islamitische respondenten uit onze studie voor.

Eén van de “vrijdenkende moslima’s” stoort zich zo aan de vrouwonvriendelijke opvattingen van geloofsgenoten dat zij zich daardoor geremd voelt om zich in de islam te verdiepen. Ook andere moslima’s ergeren zich weleens aan de absolute uitspraken, opvattingen of het gedrag van geloofsgenoten.

Het tweede type spanning, door intrapsychische problemen (Pargament 2007), wijst op het twijfelen aan de zin of waarheid van religieuze opvattingen, zoals het geloof in de hemel of de hel. Sommige respondenten worden in een moeilijke periode zo door hun zorgen in problemen in beslag genomen dat zij wel willen vertrouwen op God, maar dit niet kunnen ervaren. Dit zien wij bijvoorbeeld bij de “twijfelende moslima’s” uit onze studie terug. Ook twee vrome moslima’s gaven aan dat zij tijdens een periode met veel problemen hun religie verwaarloosden. Later beseften zij echter dat het naleven van Gods geboden en verboden ook in moeilijke tijden belangrijk is. En één vrijdenkende moslima twijfelt soms aan het bestaan van de hel. Maar zoals gezegd spreken de islamitische respondenten uit onze studie niet zo gemakkelijk over religieuze spanningen die betrekking hebben op twijfels over God en de boodschap van de islam.

Bij het derde type spanningen is er geen sprake van intrapsychische problematiek die invloed heeft op religiositeit, maar geeft de relatie met God zelf onvrede, omdat bijvoorbeeld verwachtingen niet uitkomen of er twijfel ontstaat over de bedoelingen van God. Dergelijke spanningen zien wij in ons onderzoek terug bij de respondenten die zich bij tegenslag afvragen wat God met hen voorheeft. Eén van hen is ooit boos op God geweest omdat Hij haar ondanks haar gebeden niet heeft geholpen. Dit kan wijzen op een meer extrinsieke religiositeit. Een van de “vrijdenkende moslima’s” testte uit of God haar gebeden zou verhoren toen zij zich erg zorgen om iets maakte.

Ook bij de “vrome moslima’s” die wij hebben onderscheiden is er sprake van spanning ten aanzien van hun relatie met God. Deze vrouwen hechten zoveel belang aan het onderhouden van hun relatie met God, dat zij zich ongemakkelijk voelen en zich zorgen maken als zij God niet op de juiste wijze dienen. Zij voelen zich schuldig naar God als zij niet op de vaste gebedstijden en met volledige overgave en concentratie de *salaat*gebeden reciteren. Zij hechten ook veel waarde aan het navolgen van Gods geboden en verboden en spreken van wroeging om hun zonden en schuldgevoelens naar God.

Abu Raiya & Pargament (2010) geven aan dat religieuze spanningen (*religious distress*) onzekerheden, twijfels over zichzelf en schaamte tegenover geloofsgenoten kunnen oproepen. En omdat deze niet bespreekbaar zijn, kan hierdoor de eenzaamheid en wanhoop onder toegewijde moslims vergroten. Dit is ook waar Edrisi (2007) op wijst. Als men twijfelt aan Gods bedoelingen, religieuze opvattingen of het nut van religieuze rituelen die door God worden voorgeschreven,

is men immers niet loyaal aan God en getuigt men niet meer van vertrouwen en overgave. Dit kan als godslastering ervaren worden en cognitieve dissonantie oproepen.

Wat uit ons onderzoek naar voren komt, is dat de angst voor de hel een belangrijke rol speelt in de religieuze beleving van de islamitische respondenten uit ons onderzoek. Sommige respondenten zijn bang dat hun gebeden niet genoeg zegeningen opleveren, als zij niet met volledige concentratie hebben gebeden. Anderen zijn bang voor de hel vanwege hun zonden. Volgens Mahmood (2007) kan de angst voor de hel echter ook religieuze devotie versterken en het ontwikkelen van vroomheid stimuleren. Wij hebben in ons onderzoek geen angst voor de duivel aangetroffen.

Het thema van *“religious distress”* onder moslims vraagt om verder onderzoek. Daarbij kan het zinvol zijn om vragen te stellen aan de hand van de specifieke typen spanningen die Pargament (2007) onderscheidt en aandacht te geven aan de achterliggende emoties, waarden, doelen en belangen, zoals Lazarus (1999) adviseert.

6.3.3.3. Reflecties over de rol van bidden in het copingproces

Hoewel er naar het verschijnsel bidden veel onderzoek is verricht, is de theorievorming over de rol van bidden volgens Breslin & Lewis (2008) en Spilka et al. (2013) nog niet goed ontwikkeld. Dit staat in verband met het gegeven dat bidden een complex verschijnsel is. Er bestaan immers vele vormen van bidden: zowel binnen als tussen religies is de variëteit in gebedsvormen groot. Daarbij spelen zowel attitudes, emoties, opvattingen en handelingen zoals gewoonten, tradities en rituelen een rol. Er zijn echter wel theoretische inzichten die verhelderen hoe bidden kan bijdragen aan het verminderen van stress. Wij bespreken eerst de theorievorming over de stressreducerende werking van bidden, vervolgens reflecteren wij over de rol van bidden in relatie tot confrontatievermijding, een positief Godbeeld, de hechttingsrelatie met de ouders en zingeving in relatie tot het reduceren van dissonantie.

De stressreducerende werking van bidden

Volgens de religieuze copingtheorie van Pargament (1997) spelen religie en bidden vooral een rol bij het hanteren van spanningen die rondom gebeurtenissen zijn ontstaan die als onveranderbaar worden ervaren. Bidden geeft steun bij het verkrijgen van controle over oncontroleerbare omstandigheden. Het is een hulpmiddel bij emotiegerichte coping.

Uit ons onderzoek blijkt dat bidden door de islamitische respondenten als copingstrategie wordt gebruikt om hun spanningen te verminderen. De wijze

waarop zij bidden sluit aan bij de definitie van James (1902/1958). Bidden betekent voor hen namelijk het in zichzelf keren, het zichzelf verbinden en converseren met een als goddelijk beschouwde kracht bij wie zij hun problemen uiten en aan wie zij steun, hulp en kracht vragen. Volgens de islamitische respondenten uit onze studie helpt deze wijze van bidden hen bij het verminderen van de stress die rondom problemen is ontstaan.

Dit komt overeen met het model van bidden dat door ons is samengesteld op basis van Pargament (1997), Pargament, et al. (2011), Masters & Spielmans (2007) en Levine (2008). Zo hebben wij in het kwalitatieve onderzoek alle acht verschillende stressreducerende functies van bidden teruggevonden. Bidden kan spanningen verminderen doordat het bijdraagt aan: (1.) zingeving, (2.) controle, (3.) emotionele geborgenheid, (4.) sociale ondersteuning, (5.) verandering van levensoriëntatie, (6.) identiteitsversterking, (7.) religieuze verdieping en (8.) relaxatie.

De eerste functie van bidden is zingeving. Bidgedrag kan aanzetten tot het zoeken en vinden van bevredigende verklaringen voor gebeurtenissen. Pargament (1997), Park (2005) en Park & Slattery (2015) wijzen op het belang van positieve religieuze herwaardering voor het psychische welzijn. Tijdens het bidden kan iemand een nare gebeurtenis een andere, positieve religieuze betekenis geven, waardoor spanningen afnemen. Dit zien wij ook terug bij de islamitische respondenten uit onze studie, als zij aangeven dat als zij bidden hun boosheid of verontwaardiging afneemt, omdat zij dan beseffen dat God hen iets wil leren, of hen heeft behoed voor iets ergers.

De tweede functie van bidden is het uitoefenen van controle. Door te bidden krijgen bidders greep op gevoelens van angst en onzekerheid die door een situatie worden opgeroepen. Men kan door te bidden toch actie ondernemen. Ook de respondenten uit onze studie oefenen controle door te bidden. Zij zijn er bijna allemaal van overtuigd dat bidden helpt, omdat God hen zal ondersteunen. Dit geeft hen houvast en meer zekerheid. Vanuit ons onderzoek komt echter nog een andere wijze van controle naar voren, namelijk bidden als middel om de eigen emoties te beheersen. Daardoor voorkomen deze moslima's dat zij zo emotioneel op andere mensen reageren, dat waardoor weer problemen ontstaan. Door te bidden houden zij zich beter in de hand en houden zij de regie over hun omstandigheden. Deze functie van bidden wordt ook door Levine (2008) en Zell & Baumeister (2015) genoemd.

De derde functie van bidden is het verschaffen van emotionele geborgenheid. Bidden kan door het zich wenden tot God gevoelens van veiligheid, vertrouwen, troost en hoop stimuleren (Pargament 1997). Vrijwel alle respondenten ervaren tijdens het bidden de betrokkenheid en steun van God. Zij vertellen God

over hun problemen, uiten hun gevoelens en voelen zich daarna opgelucht, getroost en hoopvol gestemd.

De vierde functie van bidden is het verkrijgen sociale steun door de verbinding met geloofsgenoten. Spanningen kunnen afnemen door samen met anderen te bidden, voor anderen te bidden of als anderen voor jouw welzijn bidden. Dit versterkt de verbondenheid met geloofsgenoten en het gevoel er niet alleen voor te staan. Dit geldt ook voor de islamitische vrouwen uit ons onderzoek. Zij voelen zich ook beter en sterker in de wetenschap als zij samen met geloofsgenoten wereldwijd, de *salaat* bidden.

De vijfde functie van bidden is verandering in levensoriëntatie. Volgens Pargament (1997) kan religie een middel zijn om het eigen gedrag en de eigen opvattingen in positieve zin radicaal bij te sturen. Dit geldt ook voor bidden. Verschillende moslima's uit ons onderzoek geven aan dat bidden hen innerlijk heeft veranderd. Het bidden bij problemen maakt hen milder, zachter en vergevingsgezinder naar anderen. Het bidden helpt hen om woede, frustratie en wrok naar anderen te verminderen en hen te vergeven. Het bidden versterkt ook het besef naar welke religieuze idealen zij willen streven.

De zesde functie van bidden staat in verband met het ontwikkelen van een religieuze identiteit. Bidden kan spanningen verminderen indien het bijdraagt aan identiteitsversterking en het vergroten van zelfwaardering (*self-esteem*). Door te bidden bevestigen de islamitische respondenten hun identiteit als moslima, versterken zij de band met God en laten zij God zien dat zij zich aan Zijn voorschriften houden (Levine 2008). Dit geeft hen het gevoel dat zij goed bezig zijn en door God worden gewaardeerd. Dit verwijst naar wat Griffith & Mahy (1984 zie Breslin & Lewis 2008) een op God gebaseerde zelfwaardering noemen (*God based form of self-esteem*).

De zevende functie van bidden is geloofsverdieping. Bidden kan immers ook een middel zijn om de eigen spiritualiteit te verdiepen door verbinding met een sacrale wereld, het heilige op zich (Pargament et al. 2011). Sommige vrome moslima's geven dit aan. Bidden verdiept hun contact met Allah en het betreden van Zijn wereld. Dit maakt hun wereldse problemen irrelevant.

De achtste functie van bidden is relaxatie. De fysiologische ontspannende werking van bidden wordt door Levine (2008) en Masters & Spielmans (2007) genoemd. Ook de islamitische respondenten uit onze studie vinden dat bidden hen innerlijk tot rust brengt en ontspant. Ook geloofsgenoten noemen dit effect van het bidden van de *salaat*. Naar dit rustgevend effect van *salaat* wordt ook in de koran gewezen (zie Shakir 2005).

Bidden in relatie tot confrontatievermijding

Opvallend is de verhalen van onze respondenten, maar ook in het historische overzicht van de ontwikkeling in de manieren van coping van de generaties voor hen, dat het vermijden van probleemconfrontatie veel voorkomt. Uit de interviews blijkt dat bidden daarbij helpt, omdat deze vrouwen zich door te bidden beter weten te beheersen. Zij uiten hun problemen bij God en hoeven daardoor anderen niet meer lastig te vallen. Daarbij geven zij aan dat zij eigenlijk alleen God hun problemen kunnen toevertrouwen. Dit betekent echter dat zij hun zorgen en problemen niet met anderen delen. Zo kunnen zij hun reacties ook niet meenemen om anders naar problemen te kijken. Op deze manier versterkt bidden confrontatievermijding. Dit gedrag komt overeen met de inhoud van de drie items die Folkman en Lazarus (1988) in de *"Ways of Coping Questionnaire"* gebruiken om zelfcontrole vast te stellen. Deze zijn: het voor zich houden van de eigen gevoelens, het anderen niet informeren over hoe slecht het gaat en het niet te snel reageren op een eerste impuls.

Toch hebben deze moslima's er ook baat bij als zij alleen aan God vertellen wat er op hun hart ligt. Op die manier hoeven zij hun ouders niet ongerust te maken, of hen verdriet te doen. Daardoor ontstaan er later geen schuldgevoelens naar hun ouders toe, omdat zij onrespectvol zijn geweest of dingen hebben gezegd waar zij later spijt van hebben. Op deze wijze kunnen zij de onderlinge relaties goed houden. Een dergelijke wijze van "verstandig" opereren, wordt ook voorgeschreven vanuit de islam. Door niet impulsief emoties op anderen af te reageren, toont men immers "aql" (verstand). Op sociaal gebied draagt het beheersen van egoïstische impulsen bij aan onderlinge vrede en de harmonie. Religie en bidgedrag dragen op deze wijze bij aan het bestendigen van de onderlinge sociale relaties.

De reden om bij problemen geen steun bij vriendinnen te zoeken maar wel bij God berust op de veronderstelling dat alleen God betrouwbaar is, maar niet de medemens. Daardoor worden problemen of spanningen vaak niet uitgesproken en blijft iedereen het zijne of hare over iets denken. Volgens een respondente ontstaan er daardoor bij haar moeder nog meer problemen omdat zij de reacties van anderen gaat invullen. Het niet aan anderen vertellen wat je bezighoudt, is ook te verbinden met het voorkomen dat anderen over je problemen te weten komen, waardoor er geroddeld kan worden of iemand misbruik kan maken van deze informatie. Deze reactie is te relateren aan het advies van sommige ouders om problemen binnenshuis te houden en niet met vreemden te delen. Deze copingstrategie staat ook in verband met de angst van de eerste generatie immigranten uit Marokko voor sociale afkeuring, schande, eerverlies, roddel, of zwarte magie (zie ook Hoffer 1996).

In hoeverre is confrontatievermijding ongunstig voor het reduceren van stress? Zoals Lazarus (1999) al aangeeft, is het niet eenvoudig om te beoordelen

welke copingactiviteiten effectief zijn voor stressreductie en welke niet. Er zijn omstandigheden waarbij confrontatievermijding zinvol is. Pargament (1997) brengt dit ook in verband met de macht waarover iemand denkt te beschikken om een situatie te veranderen. Vanuit dit gezichtspunt kan het vermijden van probleemconfrontatie door te bidden gezien worden als een bescherming tegen de sociale gevolgen van het volgen van de eigen impulsen. Door met behulp van bidden zichzelf te beheersen, kan men voorkomen dat er problemen met anderen ontstaan of dat deze verergeren. Een nadeel hiervan is dat er geen veranderingen in de sociale relaties optreden.

Bidden in relatie tot een positief Godbeeld

Het bidden tot een betrokken en liefdevolle God, is volgens Pargament (1997) gunstig voor het welbevinden. Een God die wordt ervaren als welwillend (*benevolent*) en steunend, draagt bij aan een gevoel van vertrouwen en veiligheid, waardoor spanningen verminderen. Een positieve relatie met God wordt door Kirkpatrick (1994; 1999) in verband gebracht met een veilige hechtingsrelatie met God. Ook Levine (2008) is van mening dat het bidden tot een welwillende, ondersteunende God stress kan reduceren, indien God fungeert als hechtingsfiguur, bij wie men troost en geborgenheid vindt.

Volgens Abu Raiya & Pargament (2010) is er bij islamitische respondenten die gebruik maken van positieve religieuze copingmethoden, vaak sprake van een veilige, zekere relatie met God. Deze positieve, veilige band met God, komt ook in ons onderzoek naar voren. Op basis van de RWBS, een meetinstrument voor het vaststellen van de mate van religieus welzijn, getuigen deze islamitische vrouwen van een hechte band met God (*God affiliation*). Ook uit de interviews blijkt dat zij zich over het algemeen heel veilig bij God voelen en dat hun vertrouwen in God groot is. Vooral de vertrouwensvolle moslima's getuigen van een groot vertrouwen in een hen gunstig gezinde, tolerante God.

Volgens Benson & Spilka (1973), draagt een positief beeld ten aanzien van God bij aan zelfwaardering. Dit is ook een verband dat Pargament et al. (1990) noemen. Door gedrag te vertonen dat God waardeert, vergroot men de zelfwaardering (*self-esteem*). Men voelt zich dan door God gewaardeerd, waardoor men beter kan omgaan met gevoelens van minderwaardigheid, of met maatschappelijke discriminatie of buitensluiting, zoals ook Breslin & Lewis (2008) aangeven. Dit gevoel van gewaardeerd te worden door God is ook terug te zien bij de islamitische respondenten uit onze studie. Deze moslima's vinden van zichzelf dat zij goed bezig zijn, omdat zij Gods geboden opvolgen, Hem tevreden houden en zij weerstand kunnen bieden aan de verleidingen die onder invloed van de duivel op hen afkomen.

Bidden gezien vanuit de hechtingsrelatie met de ouders

Tijdens het bidden ervaren de meeste respondenten de relatie met God als positief. Zock (1998); Rizutto (2001); Richert & Granqvist (2015) brengen het positieve beeld van God in verband met een positieve hechtingsrelatie met de eigen ouders. Deze relatie tussen een goede band met God en de eigen ouders is ook wat wij bij de islamitische respondenten uit onze studie menen terug te zien. Bij hen is er zowel sprake van een positief beeld van God als van goed contact met hun ouders. Hoewel zij gevoelige onderwerpen voor hun ouders verzwijgen of niet ter sprake durven te brengen, zijn zij van mening dat zij altijd op hun steun kunnen vertrouwen. Als zij bij problemen geen beroep op hun ouders doen, is dat niet omdat zij hen niet vertrouwen, maar meer om hen niet te belasten, of omdat sommige problemen, zoals relaties en seksualiteit, taboe zijn. Zij zijn van mening dat hun ouders het beste met hen voor hebben en hen op hun eigen manier onvoorwaardelijk zullen steunen.

Deze goede band met de eigen ouders bij Nederlandse jongeren van Marokkaanse afkomst komt ook uit ander onderzoek naar voren. De meeste van deze jongeren vinden de band met hun ouders goed, zij voelen zich over het algemeen sterk met hen verbonden (Huiberts et al. 2006; Pels, Distelbrink & Postma 2009; Buitelaar 2009).

Sommige geïnterviewde respondenten, namelijk de respondenten die wij de “twijfelende moslima’s” hebben genoemd, hebben echter wel een ambivalente houding tegenover één van hun ouders, een ambivalentie die zich deels weerspiegelt in hun relatie met God, die zij zowel als betrokken maar tevens als streng en onbeïnvloedbaar beschrijven. Er is echter meer onderzoek nodig om verbanden tussen hechtingsrelaties en de relatie met God bij moslima’s te kunnen bevestigen.

Bidden, zingeving en het reduceren van dissonantie

Levine (2008) wijst op de functie van religieuze zingeving bij het reduceren van dissonantie. Uit de verhalen van de dertien respondenten blijkt dat zij allemaal geloven in Gods wil en dat zij bidden en zingeving gebruiken om God te verontschuldigen als hen nare dingen overkomen. Want hoewel deze moslima’s er van overtuigd zijn dat God invloed heeft op alles wat hen overkomt, blijven zij ook bij tegenslag in Zijn wijsheid en welwillendheid geloven, blijven zij tot God bidden en op Hem vertrouwen. Zij geven God niet de schuld van hetgeen hen overkomt. Als zij bijvoorbeeld met verlieservaringen worden geconfronteerd, beseffen zij bij het bidden dat er nu eenmaal goede en slechte tijden zijn, of dat God hun dierbaren lief heeft en daarom naar zich toe heeft gehaald. Bij problemen met mannen beseffen zij dat zij zelf verkeerde keuzes hebben gemaakt. Hun negatieve gedachten bij het

bidden brengen zij in verband met de kwade invloed van de duivel, die met hun gedachten speelt. Op deze wijze blijft hun positieve beeld van God in stand.

6.3.4. Reflectie over religie en bidden bij het adaptatieproces na migratie

Wij hebben dit onderzoek destijds ook opgezet om meer inzicht te verkrijgen in de rol die een religie als de islam en met name het bidden kan spelen bij de emancipatie van jonge vrouwen van Marokkaanse afkomst binnen de Nederlandse samenleving. In hoofdstuk 5 is verhelderd op welke wijze het adaptatieproces van islamitische Marokkaanse plattelandsvrouwen vanaf hun migratie naar Nederland is verlopen. Deze historische analyse maakt duidelijk dat de maatschappelijke positie van de latere generatie vrouwen ten opzichte van de vrouwen uit de eerste generatie verbeterd is. In dit emancipatieproces speelde het verkrijgen van meer onafhankelijkheid, kennis en zeggenschap van vrouwen op religieus gebied mee. Hierdoor geeft ons onderzoek ook inzicht in hoe religie bijdraagt aan het omgaan met de sociale verandering, waarmee de aanpassing van verschillende generaties migranten aan een geheel nieuwe samenleving gepaard kan gaan (Berry 1997).

De jonge islamitische vrouwen uit ons onderzoek bevinden zich in een transitiefase, zowel in hun persoonlijke leven, als met betrekking tot de positie die zij binnen hun families en de Nederlandse samenleving innemen. Zij geven vorm aan sociale verandering. In dit veranderingsproces ondervinden zij volgens ons onderzoek veel steun van hun religie. Daarbij lijkt het er op dat naast het dragen van een hoofddoek (Phalet 2005) binnen de eigen geloofsgemeenschap ook het bidden van de *salaat* een “*identity marker*” is geworden.

De islam vergroot hun gevoel van persoonlijke vrijheid. De islam geeft hen een duidelijk en overzichtelijk referentiekader dat hen houvast biedt in hun aanpassingsproces aan de Nederlandse samenleving. Het geloof ondersteunt hen bij het maken van keuzes, het behouden van goede relaties met hun omgeving, zoals het contact met hun ouders. Religieuze zingeving, het contact met God en geloofsgenoten bieden hen op moeilijke momenten steun en kracht. Door in zichzelf te keren en tot God te bidden, beschermen zij zich tegen gevoelens van frustratie, onzekerheid, woede en wanhoop.

Bidden bij problemen helpt deze moslima's omdat zij bij God hun gevoelens kunnen uiten. Zij voelen zich door God gehoord, gesteund en getroost. Dit brengt hen tot rust, waardoor zij hun situatie beter kunnen overzien. Zo vinden zij de kracht om door te zetten, zichzelf te beheersen en te vertrouwen op de toekomst. Bij ervaringen met discriminatie en stigmatisering voorkomt hun verbinding met God en de focus op het religieuze domein de aantasting van hun zelfwaardering. Door te bidden ontwikkelen deze moslima's hun persoonlijke beleving van God en de islam

en kunnen zij zich ten opzichte van zowel geloofsgenoten als andersdenkenden onafhankelijker en zelfbewuster opstellen. Zo ontwikkelen zij nieuwe, islamitische vormen van zelfredzaamheid en religiositeit.

Kortom, op persoonlijk en maatschappelijk gebied biedt het religieuze referentiekader Nederlandse hoogopgeleide islamitische vrouwen met een Marokkaanse afkomst veel voordelen. Er zijn echter ook negatieve effecten. Deze moslima's gebruiken hun geloof soms om conflicten te vermijden en confrontaties met anderen uit de weg te gaan. Hun religieuze visie kan hen daardoor belemmeren om de mogelijkheden te benutten waarover zij binnen de Nederlandse samenleving beschikken om zich als individu optimaal te ontwikkelen. Zo is uit de historische analyse in hoofdstuk 5 op te maken dat de relatieve individuele vrijheid van vrouwen van Marokkaanse afkomst over hun denken en handelen groter is geweest in perioden met minder sociale controle vanuit de islamitische gemeenschap, waarin er ook minder sprake is geweest van individuele religieuze zelfcontrole.

Deze hoogopgeleide moslima's bekijken hun eigen werkelijkheid vaak vanuit een religieus perspectief, waardoor zij geneigd kunnen zijn om hun situatie als onveranderbaar te beschouwen. Dit kan de kritische reflectie over taboes en het bewerkstellingen van ingrijpende veranderingen in waarden en normen in de weg staan. Vooral rondom relaties, intimiteit en seksualiteit spelen bij onze islamitische respondenten religieuze opvattingen over zonden mee. Daarnaast is er ook sprake van schaamte. Uit schaamte durven de vrouwen uit ons onderzoek bepaalde onderwerpen, zoals seksualiteit of vriendjes niet met hun ouders te bespreken. Schaamte versterkt de neiging om de gevoelens of het gedrag dat anderen afkeuren, voor hen te verbergen. Dit roept vaak de angst op voor ontdekking. Deze vrouwen kunnen zich schuldig gaan voelen naar hun ouders en naar God. Zij kunnen daarnaast hun vriendinnen gaan wantrouwen.

Sommige vrouwen zien vanuit hun orthodoxe religieuze oriëntaties af van het verwezenlijken van hun dromen, zij vermijden conflicten met hun ouders en denken niet kritisch na over religieuze opvattingen en praktijken. Zij zoeken geen contact met anders denkenden en gaan niet om met vriendinnen en vrienden met een andere achtergrond. Zij houden hun problemen voor zich en vertrouwen alleen op God. Zij zoeken afleiding in hun geloof. De vraag daarbij is of deze moslima's daarbij niet te weinig een beroep op hun medemens doen en patronen doorbreken. Het alleen uiten van hun problemen bij God en niet bij de betrokkenen zelf, het duiden dat iets wel goed komt met hulp van God, of het zich richten op het religieuze domein is dan een strategie die hen afleidt om problemen onder ogen te zien en deze daadwerkelijk op te lossen. Dit lijkt op wat Pargament (1990) ziet als de werking van vermijdende copingstrategieën zoals het accepteren van het lot of "*wishful thinking*". Het voordeel hiervan is dat stress tijdelijk vermindert en de lieve

vrede wordt bewaard. Maar het negatieve effect kan zijn, dat wensen on vervuld blijven en spanningen blijven bestaan. Dit kan zich vervolgens manifesteren in chronische stress en lichamelijke klachten.

Het islamitische vertoog beschermt jongeren van Marokkaanse afkomst als groep tegen de aantasting van hun zelfwaardering binnen de Nederlandse samenleving. Vanuit het gedeelde islamitische vertoog vinden deze jongeren steun bij elkaar. Dit bevordert hun onderlinge verbondenheid en versterkt de kracht van de islamitische identiteit. Hierdoor worden oude regionale, culturele en taalkundige tegenstellingen binnen de Marokkaanse gemeenschap overbrugd (De Koning 2008).

Deze sterke, gedeelde islamitische identiteit heeft echter ook een keerzijde. Over geloof wordt onderling veel uitgewisseld en gesproken. Daarbij is er een meer orthodox, op religieuze kennis gebaseerd islamitisch vertoog gaan domineren. Dit vertoog is daarbij een middel voor sociale controle geworden. In dit vertoog gaat het meer om het toepassen van de juiste regels en voorschriften dan om de humanistische, sociaal bewogen, vrede bevorderende en alle mensen verbindende islam.

De huidige generatie jonge vrouwen van Marokkaanse achtergrond beschikt over minder relatieve vrijheid dan de Marokkaanse meisjes die in de beginperiode naar Nederland zijn gekomen, waar zij onder invloed van de Nederlandse jongerencultuur van veel Nederlandse vrijheden gebruik hebben gemaakt. Het aanhalen van de “religieuze” teugels in de laatste periode heeft invloed op de mogelijkheden die vrouwen van Marokkaanse afkomst binnen de Nederlandse samenleving gebruiken om zich te ontplooien. Zo worden bijvoorbeeld de traditionele culturele opvattingen over het belang van de maagdelijkheid en kuisheid van vrouwen nu vanuit een religieus perspectief naar voren gebracht. Dit beperkt de experimentele vrijheid en het zelfbeschikkingsrecht van jonge vrouwen op seksueel en relationeel gebied. Dit geldt ook voor het openlijk durven uiten van homoseksuele gevoelens en het verkennen van een andere genderidentiteit.

Het beeld dat vanuit de geschiedenis van het adaptatieproces van Marokkaanse families aan de Nederlandse samenleving ontstaat, wijst op een proces van naar binnen keren, een manier van collectieve coping die vanuit het acculturalisatiemodel van Berry (1997) als een separatiestrategie gezien kan worden. Dit staat in tegenstelling tot een proces van integratie waarbij juist het contact zoeken met groepen andersdenkenden binnen de seculiere Nederlandse samenleving centraal staat. Veel jonge moslima's zijn onder invloed van deze historische, sociaal-maatschappelijke en politieke omstandigheden steeds meer gericht geraakt op de omgang en vriendschap met geloofsgenoten. Zij lijken minder dan voorheen (Saharso 1992) te zoeken naar verbinding en vriendschap met andersdenkenden. Deze trend wordt bevestigd door Sterckx, Dagevos, Huijnk, & Van Lisdonk (2014) over huwelijksmigratie in Nederland. Uit dit onderzoek blijkt dat het zoeken van

een levenspartner binnen een groep van een andere achtergrond in vergelijking met het verleden is afgenomen.

Dit proces van “separatie” op basis van geloof heeft ook invloed op de mate waarin men vrij is om op religieus gebied een eigen weg te volgen. Want hoewel steeds meer Marokkaans-Nederlandse moslims de islam op hun persoonlijke manier in hun dagelijks leven integreren, waarbij zij individuele geloofsopvattingen en praktijken ontwikkelen, lijkt het gemeenschappelijke draagvlak voor alternatieve, afwijkende, kritische, of liberale islamitische vertogen af te nemen. Mogelijk kan de toenemende afkeuring en afschuw onder moslims van vormen van islamitische orthodoxie die geweld legitimeren, hier verandering in brengen.

Ons onderzoek toont aan dat bij het bestuderen van de individuele betekenis van religie, bidden en coping de bredere maatschappelijke en mondiale context van groot belang kan zijn. Deze complexiteit vraagt om een interdisciplinaire wetenschappelijke benadering, die verschillende wetenschappelijke disciplines, onderzoeksmethoden en paradigma's daadwerkelijk met elkaar verbindt. Dit vraagt om het begrijpen van elkaars vaktaal, concepten, gehanteerde onderzoeksmethoden en presentatie van onderzoeksgegevens.

6.4. Nabeschouwing

Uit onze studie blijkt dat religie als ideologisch systeem grote invloed kan uitoefenen op de motivatie van jonge mensen. Hun geloof in Allah en de islam bood deze respondenten houvast, kracht en inspiratie. Daardoor konden zij beter met hun problemen omgaan. Sinds de uitvoering van ons onderzoek zijn er echter grote veranderingen opgetreden in de mondiale, politieke en sociaaleconomische verhoudingen. De context waarbinnen de maatschappelijke discussie over de islam binnen de Nederlandse samenleving anno 2009 plaatsvond, verschilt in de mate van intensiteit en negativiteit van die welke zich nu bijna zeven jaar later voordoet. Onder invloed van allerlei recente politieke en maatschappelijke mondiale ontwikkelingen zijn de spanningen ten aanzien van de islam toegenomen. De islam roept in Nederland steeds meer negatieve emoties op onder invloed van de berichtgeving over gewelddadige terreuracties vanuit geradicaliseerde islamitische organisaties en de wreedheden en oorlogshandelingen van Islamitische Staat. Bij degenen die geen moslim zijn, wordt de islam niet zo zeer geassocieerd met vredelievendheid en sociale rechtvaardigheid, maar domineren gevoelens van wantrouwen, afkeer, haat, verwarring, angst en onzekerheid.

Deze actuele problemen intensiveren de spanningen binnen de Nederlandse islamitische geloofsgemeenschap en binnen gezinnen met een Marokkaanse

achtergrond. Door de globalisering worden veel jonge moslims in Nederland via het internet en sociale media emotioneel beïnvloed door de lotgevallen van hun geloofsgenoten in gebieden waar er sprake is van onrecht, strijd, oorlog en geweld (zie ook Moghaddam et al. 2015). Sommige islamitische jongeren zijn hierdoor geradicaliseerd. Een aantal van hen, waaronder ook jonge vrouwen, nemen tot verdriet van hun ouders als jihadisten deel aan de gewapende strijd in Syrië en Irak (Bakker, Paulussen & Entenmann 2013; Bakker & De Graaf 2014).

Ook de komst van veel islamitische vluchtelingen uit het Midden-Oosten naar Nederland en de negatieve reacties binnen de samenleving op hun aanwezigheid, kan de spanningen tussen en binnen islamitische geloofsgemeenschappen en met andere Nederlandse burgers vergroten. Dit kan de succesvolle adaptatie en participatie van islamitische jongeren aan de samenleving in gevaar brengen.

Bij het hanteren van bovengenoemde maatschappelijke spanningen zijn sommige vormen van religieuze coping mogelijk minder geschikt. Zo kan het uitdragen van een sterke orthodoxe islamitische identiteit in kleding en gedrag minder adequaat zijn, omdat dit immers discriminatie en uitsluiting kan bevorderen. Ook het zich als religieuze groep afzonderen of afkeren van de maatschappij kan spanningen vergroten. Andere religieuze copingstrategieën kunnen echter spanningen verminderen. Zo kunnen religieuze zingeving, de steun van geloofsgenoten, de ontspanning en rust die uit kan gaan van het religieuze domein onder dergelijke omstandigheden van grote persoonlijke betekenis zijn. Ook het in gebed steun zoeken bij Allah kan daarbij bijdragen aan hun welzijn, vooral als daarbij veel verschillende psycho-logische functies van bidden een rol spelen.

Onze studie maakt duidelijk dat de meeste vrouwen uit ons onderzoek vanuit hun socialisatie en religie getuigen van een groot vertrouwen in hun medemens. Dit vertrouwen weerspiegelt zich in hun positieve relatie met God en hun wijze van bidden. Geïnspireerd vanuit hun religie willen zij goed zijn voor hun medemens en een positieve bijdrage leveren aan de Nederlandse samenleving. Daarom kwetst het hen als Allah en de islam in een kwaad daglicht worden gesteld. Vanuit hun positieve en vertrouwensvolle levenshouding brengen zij deze discrepantie in verband met de onwetendheid onder veel Nederlanders over de islam. De vraag is echter of zij in staat zijn om deze vertrouwensvolle houding in de toekomst te behouden, als zij steeds vaker worden geconfronteerd met discriminatie en stigmatisering. Het is denkbaar dat wantrouwen en verbittering zullen toenemen en zij zich meer van andersdenkenden gaan afsluiten. Een vertrouwensvolle houding kan dan geduid worden als naïviteit, zoals enkele moslima's uit onze studie aangeven.

De sociale uitsluiting en de negatieve beeldvorming waarmee moslims op dit moment binnen de Nederlandse samenleving worden geconfronteerd, wordt gelegitimeerd vanuit een vertoog dat gebaseerd is op religieuze verschillen en vooroordelen. Uit ons onderzoek komt echter naar voren dat de sterkte religiositeit bij deze islamitische respondenten samengaat met een vertrouwensvolle houding en dat zij juist vanuit hun religiositeit gemotiveerd zijn om op positieve wijze bij te dragen aan het welzijn van hun medemens en de Nederlandse samenleving.

Onze studie maakt echter ook duidelijk dat deze positief ingestelde, jonge, hoogopgeleide islamitische vrouwen niet in staat zijn om vanuit hun persoonlijke maatschappelijke inspanningen en hun religiositeit effectief weerstand te bieden tegen het proces van stigmatisering van de islam. Zij kunnen het persoonlijk negeren of duiden als onwetendheid, maar zij kunnen er maatschappelijk gezien nauwelijks invloed op uitoefenen. Dit illustreert de verantwoordelijkheid van de Nederlandse bestuurlijke en wetgevende macht om de maatschappelijke acceptatie van bevolkingsgroepen te waarborgen. Een seculiere staat die de inclusie van al haar burgers bevordert, ook de moslims onder hen, kan bij deze Nederlandse islamitische burgers het gevoel versterken dat zij erbij horen. Want als moslims ervaren dat de Nederlandse samenleving hen accepteert en adequate bescherming biedt, kunnen zij zich beter weren tegen discriminatie. Dit maakt hen mogelijk ook minder ontvankelijk voor radicalisering en vormen van gewelddadig fundamentalisme.

Summary

Seeking support from Allah. The Religiosity, Praying and Coping of Islamic Highly Educated Women of Moroccan Descent living in the Netherlands.

This study among highly educated Islamic women of Moroccan descent living in the Netherlands focused on their religiosity, prayer and religious coping. The research questions were:

What characterizes the religiosity and especially the way of prayer of highly educated Islamic women of Moroccan background?

How do they use their religiosity and especially prayer in dealing with problems?

In order to answer these research questions, we used a mixed method research strategy. For the quantitative part of our research 177 questionnaires were collected by use of snowball sampling. Women were asked to participate using networks of students, and visiting public places as school buildings and libraries. The non-response was low; most respondents were motivated to participate.

For the quantitative part of the research a questionnaire was developed to assess religiosity and religious coping. For religiosity three scales were used, namely the Duke Religion Index (DRI) of Koenig, Parkerson & Meador (1997); the Religious Well-Being Scale (RWBS) of Paloutzian & Ellison (1982); and the Mature Religiosity Scale (MRS) of De Vries-Schot (2006).

Religious coping was assessed by use of three religious coping styles scales of Pargament (1997) and a scale for receptive coping of Van Uden, Pieper & Alma (2004). The use of forms of positive and negative religious coping was measured with the Brief RCOPE of Pargament et al. (2000). The Brief RCOPE consists of two scales, one to assess positive coping (the PRC scale) and one for negative coping (the NRC scale).

For the qualitative part of the research, a topic list for interviews was developed, based on the theory of coping of Lazarus and Folkman (1984), on theory of prayer of Janssen et al. (1990; 2003) and religious coping of Pargament (1997). For the qualitative research 13 Islamic women of Moroccan descent were interviewed that were selected from the group of 177 women that participated in the quantitative research. Unfortunately, only a few women out of this group of 177 respondents were interested to be interviewed. However, when we compared respondents that were interviewed with women that did not participate in this qualitative part of our

research, there were only slight differences. Based on the t-test results the 13 interviewed women were just slightly more religiously orientated than women that were not interviewed.

The conclusion to the first research question: *“What characterizes the religiosity and especially the way of prayer of highly educated Muslim Women of Moroccan background?”* based on the quantitative and qualitative results is that these Islamic respondents were highly religious in orientation as well as in practice. Their religion influenced their perspectives and goals in life; they felt a strong positive connection with God (*God affiliation*) and their attitude towards their religion was mature. They prayed in conformity with their religious tradition frequent *salat*, *dua* and other Islamic prayers. Praying towards a benevolent God contributed to their well-being. They often used a religious type of prayer and sometimes also a reflective and crisis type of prayer, which was used on specific difficult moments. Some of them also prayed in an unconditional way, as their praying was not restricted to specific times or places.

As correlations with frequencies of Islamic prayer showed, the strongest positive correlation was established between religious prayer and frequent prayer of *dua*, while unconditioned prayer was more correlated to frequent prayer of *salat*. Therefore, women who prayed an unconditional prayer also prayed *salat* prayer more frequently compared to women who scored high on the scale of religious prayer.

This conclusion was based on the following quantitative results. Intrinsic religiosity was assessed with the Duke Religion Index (DRI), a scale of 3 items. After component analysis⁴², the items of this scale formed one factor. The internal consistency of this scale that was based on this factor was good (Cronbach’s alpha-coefficient was 0.90). The mean was 4.47, with a score range between 3 (= high) and 15 (= low). Therefore, most of these Islamic respondents believed in an intrinsic way, their religion influenced their perspectives and goals in life, it was an end not a means.

The Religious Well-Being Scale (RWBS) consists of negative and positive formulated items. After recoding negative items into positive ones, and after component analysis⁴³ one scale was constructed (alpha 0.87). The mean of this scale was 16.63, (scores vary from high to low, from 10-20). Most Islamic respondents (78.9%) score high on this scale, so their religious well-being and affiliation with God is strong.

⁴² Principal component analysis with Varimax rotation, missing pairwise, n factors = 1, factor loading: >0.40, explained variance: 83.5%.

⁴³ Principal component analysis with Varimax rotation, missing pairwise, n factors = 1, factor loading: > 0.40, explained variance: 49.2%.

We constructed the Mature Religiosity Scale (MRS) of De Vries-Schot (2006) after we found a one factor solution after principal component analysis of 17 items of this scale. One item did not load on this factor and was removed. From the remaining 16 items of this factor a new scale was formed that had a good internal consistency (0.95). The mean was 28.04 (with a range from high to low of 16-80).

These three scales for assessing religiosity, DRI, RWBS and MRS, are interrelated. The correlations show strong positive significant correlations (they range from $r = 0.76^{**44}$ to $r = 0.79^{**}$).

The prayer frequencies of Islamic forms of prayer showed that almost all of these Islamic young educated women of Moroccan descent prayed very frequently to God. They performed daily *salat* frequently (72.3% always; 15.3% often) and also prayed often *dua* (48%) and other forms of prayer (22% always; 30.5% often).

As the items of varieties of praying scale showed, which is a scale that was developed by Bänziger, Van Uden & Janssen (2006), these respondents prayed according to their religious tradition. After principal component analysis⁴⁵ on items of this scale, a four-factor solution turned out best. So four scales were constructed that were named according to the specific items of each factor as: religious prayer; crisis prayer; unconditioned prayer and reflective prayer. The internal consistency of the first three scales was good. The reflective prayer scale consisted only of 2 items, the Cronbach coefficient of this scale was less reliable ($\alpha = 0.60$).

Religious prayer consisted of items such as: turning inward; feeling contact with God; asking for forgiveness, support, strength, inner peace, and asking for favours; thanking God; pouring out one's heart and getting support and strength after prayer. The mean of this 9-item scale "religious prayer" ($\alpha = 0.87$) was 37.64. The score possibility of this scale ranged (low to high) from 9-45. As correlations (based on Pearson's r) showed, women who used this type of prayer, also often prayed *dua* ($r = 0.43^{**}$), and to a lesser extent *salat* ($r = 0.26^{**}$) and other Islamic prayers ($r = 0.25^{**}$).

The scale of religious prayer correlated positively with the Mature Religiosity Scale (MRS $r = 0.44^{**}$); the Religious Well-being Scale (RWBS $r = 0.41^{**}$) and less strongly with intrinsic religiosity (DRI $r = 0.27^{**}$). So a lot of women who prayed a religious prayer believed in a mature way and felt a strong attachment to God that made them feel good. They also often prayed *dua*, and to a lesser extent also frequently *salat* and other prayers,

⁴⁴ ** = correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

⁴⁵ Principal component analysis with Varimax rotation, missing pairwise, n factors= 4, factor loading >0.40, explained variance: 31.3% + 8.2% + 7.4% + 5.8% = 52.7%.

The second scale *crisis prayer* was based on four items: praying when one was sad; at difficult moments; as in need of something; when confronted with illness and death. The mean of this second 4- item scale “crisis prayer” ($\alpha = 0.74$) was 14.43 (range 1-20).

The correlation of crisis prayer was highest with religious prayer ($r = 0.59^{**}$), and next with unconditional prayer ($r = 0.43^{**}$) and reflective prayer ($r = 0.31^{**}$). There was only a weak correlation with the MRS scale for mature religiosity ($r = 0.27^{**}$), and no correlations were established with RWBS or DRI scales. The correlation with the prayer frequency of *dua* was not very strong, however still significant ($r = 0.22^{**}$); and there was only a weak correlation with frequent prayer of *salat* ($r = 0.17^{*}$).

The third scale was named *unconditioned praying*, as the items of this scale made it clear that this type of prayer was not restricted to specific times or places. Items were: praying everywhere where it is possible; praying in a mosque; praying spontaneously in nature and praying at fixed times. The mean of the third 4-item scale “unconditioned praying” ($\alpha = 0.73$) was 10.61 (range 4-20). Based on correlations of this type of prayer, and with the prayer frequency of Islamic prayers, respondents who use this type of prayer also often pray *salat* ($r = 0.46^{**}$), and to a lesser extent also *dua* ($r = 0.26^{**}$) and other prayers ($r = 0.22^{**}$). This unconditioned praying scale did not relate to scales of intrinsic religiosity (DRI) or religious well-being (RWBS). The positive correlation with the scale of Mature religiosity the MRS was weak ($r = 0.19^{*}$).

The fourth scale *reflective prayer* consisted of 2 items; thinking things over during prayer and rearranging their thoughts. The construct validity of this scale was less reliable ($\alpha = 0.60$). The mean of this scale was 6.90 (with a range from 2-10). This scale correlated positively with religious prayer ($r = 0.34^{**}$); crisis prayer ($r = 0.31^{**}$) and to a lesser extent with unconditioned prayer ($r = 0.17^{**}$). No correlations were established between this type of prayer and the scales to assess religiosity (DRI; RWBS; MRS), and prayer frequencies.

Most of these 177 Islamic respondents had a high score on religious prayer (71.3%). The next frequent prayer type was reflective prayer (43.9%), and crisis prayer (36.6%). Only a few (5.1%) respondents prayed in an unconditional way.

These results were confirmed in the qualitative part of this research. For the 13 women that were interviewed, daily *salat* prayer was seen as their duty to God, the best way to honour and respect Him. As most women prayed *salat* at home and not at their work or at school, they did not pray *salat* most days during the five fixed daily prayer times when they were out. So when they came home they prayed all *salat* prayers they had missed during the day. *Salat* prayer was very important to them, as it is the second pillar of Islam, and a prayer that is highly appreciated by their own family and faith community. It also of great value for Muslims as it is

important to obtain *hasanat*, (religious merit), which are regarded as credits that are needed to gain access to paradise (Van Nieuwkerk 2005), so it is essential for their spiritual well-being.

The conclusion to the second research question: "*How do they use their religiosity and especially prayer in dealing with problems?*" based on quantitative and qualitative results is that these Islamic women of Moroccan descent relied on religious coping in dealing with their problems. A large majority of these Islamic women used religious coping. When confronted with problems, they prayed to God for support.

According to the quantitative results the instruments we used to assess religious coping were reliable. The internal consistency of these religious coping styles is reasonable to good (self-directing religious coping style scale: alpha 0.87; collaborative religious coping style scale: alpha 0.84; deferent religious coping style coping: alpha 0.75, receptive coping: alpha 0.78; positive PRC religious coping: alpha 0.85; religious negative coping NRC alpha 0.76).

More than half (57.3%) of the educated women of Moroccan origin scored high on the collaborative religious coping style scale of Pargament (1997); more than a quart part of these women scored high (28.1%) on the Receptivity scale of Van Uden, Pieper & Alma (2004). A minority of these women had a deferent religious coping style (10 %). And still fewer women (7.8%) did not ask God for support at all, as they had a self-directing religious coping style.

There was a positive significant correlation between the collaborative religious coping style and receptive coping ($r = 0.56^{**}$); and the deferent coping style ($r = 0.48^{**}$). There was also a positive correlation between deferent coping and receptive coping ($r = 0.32^{**}$). As expected from a theoretical viewpoint (Pargament 1997), the correlations of the self-directing religious coping style showed a total different picture: correlations are negative but significant with the collaborative religious coping style ($r = -0.54^{**}$), the deferent coping style ($r = -0.31^{**}$) and the receptive coping style ($r = -0.24^{**}$).

This indicates that in this group of 177 respondents mainly an active attitude toward problems dominates and that women were convinced that God was actively involved and interested in their lives, so they asked Him for support. Based on the Brief RCOPE scales for assessing positive (PRC) and negative religious coping (NRC), they almost use only positive forms of religious coping.

Theoretically women with a *deferent religious coping style*, believe God to be active, but see themselves as passive when they encounter problems. They leave it to God to deal with problems and ask for His help, they do not take initiative themselves. Correlations show that these women have a more traditional religious attitude than women with a different religious copings style.

Correlations with the deferent religious coping style and other scales showed positive connections with the scale for mature religiosity (MRS: $r = 0.41^{**}$), the scale for religious well-being (RWBS: $r = 0.22^{**}$) and to lesser extent with the scale for intrinsic religiosity (DRI: $r = 0.18^{**}$). These women also frequently prayed *salat* ($r = 0.31^{**}$). No correlations were established with other forms of Islamic prayers. Women with a deferent coping style, prayed in an unconditional way ($r = 0.42^{**}$), used religious prayer ($r = 0.40^{**}$) and to a lesser extent crisis prayer ($r = 0.23^{**}$) and reflective prayer ($r = 0.20^{*}$). They used positive forms of religious coping (PRC: $r = 0.40^{**}$). No significant correlation with negative forms of coping was established. Regression analysis (explained variance 30%) showed that a deferent religious coping style is best predicted by mature religiosity and unconditional praying. This indicates orthodox ritual preferences.

In theory women with a *collaborative religious coping style* solve their problems themselves, but always ask God to support them, so when confronted with problems they turn to their religion and pray. This is confirmed. Correlations between these instruments showed that women with a collaborative religious coping style were also often high on the scales for assessing mature religiosity (MRS: $r = 0.52^{**}$), religious well-being (RWBS: $r = 0.44^{**}$) and intrinsic religiosity (DRI: $r = 0.38^{**}$).

These women prayed frequently, as is demonstrated by the correlations between the collaborative religious coping style and frequencies of prayer of *dua* ($r = 0.35^{**}$), *salat* ($r = 0.33^{**}$) and other forms of prayers ($r = 0.19^{*}$). Correlations with the variety of types of prayer showed a strong positive connection between religious prayer ($r = 0.74^{**}$) and to a lesser extent crisis prayer ($r = 0.47^{**}$); unconditional prayer ($r = 0.32^{**}$) and reflective prayer ($r = 0.28^{**}$). As expected, there is a strong positive significant correlation with the scale for positive coping (PRC: $r = 0.67^{**}$). No significant correlation with negative forms of coping was established. Regression analysis (explained variance 60%) showed that a collaborative religious coping style was best predicted by religious prayer and mature religiosity.

As expected the religiosity of women with a collaborative religious coping style is strong in an intrinsic way. As they are strongly orientated towards God and Islam, praying to God was important to them when they had to cope with problems.

A *self-directing religious coping style* is a style of dealing with problems by solving them without asking God for help. As negative significant correlations indicated, most Islamic women with a self-directing religious coping style differed from women with a collaborating ($r = -0.54^{**}$) or deferent religious coping style ($r = -0.31^{**}$). Compared with women that had other religious coping styles, these women with a self-directing style prayed Islamic prayers less frequently, less *dua* ($r = -0.38^{**}$), less *salat* ($r = -0.26^{**}$) and less other prayers ($r = -0.24^{**}$). Most of these women were

not inclined to use religious prayer ($r = -0.45^{**}$), crisis prayer ($r = -0.25^{**}$) or unconditional prayer ($r = -0.20^{*46}$). No significant correlation was established with reflective prayer.

As expected, a self-directing religious coping style was a contraindication for using positive forms of religious coping ($r = -0.46^{**}$). No significant correlation with negative forms of coping was established. Regression analysis (explained variance 23%) showed that a self-directing religious coping style was negatively predicted by religious prayer and prayer of *dua*. These negative correlations and regression analysis (explained variance 49%) confirmed that self-directed religious copers do not ask God to support them when they are handling their problems. For coping with stress they do not rely on God.

Correlations showed that a *receptive coping style* is combined with religious well-being (RWBS $r = 0.46^{**}$), mature religiosity (MRS $r = 0.43^{**}$) and religious prayer ($r = 0.45^{**}$). Regression analysis (explained variance 27%) showed that two of these scales with exception of mature religiosity predicted receptive coping. We concluded that in the case of these Muslim respondents receptive coping is not a secular variant of coping. For them receptive coping is embedded in confidence in good outcomes and God affiliation.

Correlations indicated that *positive religious coping* is linked to religious prayer ($r = 0.66^{**}$), crisis prayer ($r = 0.45^{**}$), mature religiosity ($r = 0.40^{**}$), prayer of *dua* ($r = 0.39^{**}$), prayer of *salat* ($r = 0.38^{**}$), and Religious well-being (RWBS $r = 0.34^{**}$). Regression analysis (explained variance 49%) showed that positive religious coping was predicted by praying *salat*, a ritual forms of prayer instead of reflective prayer. There were no significant correlations found for negative religious coping. There were weak negative correlations with the RWBS ($r = -0.24^{**}$) and the DRI ($r = -0.19^{*}$). Regression analysis (explained variance 8%) showed that negative religious coping is predicted by lack of God affiliation based on the RWBS.

Based on the qualitative research the results of the quantitate research were confirmed. Islam offered young, educated Dutch women of Moroccan background many benefits, personally as well as socially. Islam offered these faithful Muslims who lived in Dutch secular society a strong religious identity, religious security, a relationship with God and fellow believers. Because of all these characteristics it increased their self-awareness, self-confidence and self-esteem. Religion provided them protection and shelter against discrimination and stigmatization in Dutch society. Religion gave them the opportunity to stay connected with their parents, their family background and it enabled them to concentrate on their studies and

⁴⁶ * = correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

profession. They were able to stay loyal toward their parents, family background and cultural and religious heritage.

By showing religious approved behaviour as praying and being social and good to others, they felt respected, which added to their self-esteem. When confronted with problems, individual prayer helped these Islamic women to cope with their emotions. In their prayers towards a benevolent God they felt safe and protected. In their supplications to God they poured out their hearts, cried and found inner peace in hope, now God was involved to help them. As they prayed when others made them sad, angry or frustrated, they were able to control themselves by praying, and be master over their situation. This resulted in less impulsive behaviour towards others, so they could keep calm and operate more strategically. That made them more successful in achieving their goals. When confronted with grief, they felt supported and comforted by God. On moments of anxiety, praying helped to reassure themselves, to relax and it gave them hope that all would be fine after all with the help of God.

In interviews these Islamic women indicated that it became clear to them after praying what activities were best to solve their problems. After praying to God they felt more relaxed and could cope better. They knew what to do and how to handle problems. By praying and focusing on important religious values, they realized what did really matter to them and what not. Confronted with critical life events, like the death of loved ones or other misfortune, prayer reminded them that they had to put their trust in God at all times. Or they realized that misfortune could be seen as a test in steadfastness or that God wanted them to learn something through misfortune.

They were convinced that as long as they practised Islam, and took their responsibility as a human being, God was benevolent. He had His own reasons to let things happen. Some pious women realized that as times in life are good and bad, they had to accept what God brought them. For them the utmost priority of a Muslim was to focus on eternal life in the hereafter, as they did their best to follow God's rules and being a good person. Then God would forgive their sins and send them to paradise. In conflict situations where others were involved, they reduced their stress by prayer. They realised then that it was only God who could judge other human beings, or that God wanted a Muslim to forgive. In that way prayer helped them to reduce their stress effectively.

Sometimes prayer created stress, as they felt bad because of distractions during *salat* prayer, or because they did not pay attention to their prayer because of the prevalence of other activities. At those moments they felt guilty towards God and hoped that God would not give them less credits for the hereafter (*hasanat*).

These examples can be seen as spiritual distress. These Islamic women did not mention alienation to God or punishment of God.

When they prayed in difficult times, this distracted these Islamic women from their problems because of their focus on God and the religious domain. Because their image of God was positive, they entered, the serene, safe world of God during the recitation of the *salat* prayer, so they felt safe, protected and secure. This created positive feelings such as gratitude to God. As a result they were less affected by certain events or the conduct of other people.

Because of this social aspect, praying *salat* also strengthened their religious identity and connection with their faith community. During their daily recitation of *salat* prayers, for example, they felt fine as they realised that they participated in global worship of Allah with their fellow believers. In this way praying contributed to their social identity and self-esteem, which protected them as Islamic women against the confrontation with discrimination and stigmatization in Dutch society.

These qualitative results confirm the theory of Pargament et al. (2000) and Levine (2008) on the psychological effects of prayer. The connection and communication in their prayer with a loving, caring, benevolent God, helped these Islamic women of Moroccan descent to cope with all kinds of problems. They used all psychological functions of religiosity and prayer that are suggested by Pargament et al. (2000). Prayer helped them by: (1) finding meaning; (2) being master over their circumstances and controlling their emotions; (3) finding comfort and closeness to God; (4) experiencing intimacy with others and closeness to God and (5) transforming their way of life. Prayer practice also confirmed (6) a strong social identity and (7) helped them through the search for the sacred or spirituality itself, two functions that were later added by Pargament, Feuille & Burdzy (2011: 52). Prayer also helped them to relax, to become peaceful and calm. It helped to reduce their anxiety and created hope and a positive attitude towards life and their problems.

We did not find any negative religious coping strategies such as negative feelings towards God or alienation. This is also in line with research results of Abu Raiya & Pargament (2010; 2011a). As Islam implies surrender to God, it is difficult for Muslims to admit their religious distress, doubts and struggles.

Therefore, the way these highly educated Dutch Muslim women of Moroccan origin practiced Islam protected them against increasing intolerance and stigmatization in Dutch society. The downside was that it also sheltered them from non-believers. Women who only communicated with fellow believers in their spare time, or who stayed at home with their parents and siblings, increasingly live in their own sheltered, predictable world, where there is hardly any opportunity to develop alternative ideas or ways of thinking about themselves or about religion. In this way

their religiosity might hinder them to deviate from what is valued in their own circles. This behaviour can be seen as a separation strategy as mentioned by Berry (1997). This might restrict them to make individual choices that go against the wishes of their parents or which are dissonant with values in their own ethnic, religious community. This limits their opportunities for emancipation within Dutch society. This complex role of religion in problem handling, emancipation and social change requires more research.

Literatuur

- Abu Raiya, H., Pargament, K.I., Mahoney, A., Stein C. (2008a). A psychological Measure of Islamic Religiousness: Development and Evidence for Reliability and Validity. *International Journal for the Psychology of Religion*, 18 (4), 291-315.
- Abu-Raiya, H., Pargament, K. I., Mahoney, A., & Trevino, K. (2008b). When Muslims are perceived as a religious threat: Examining the connection between desecration, religious coping and anti-Muslim attitudes. *Basic and Applied Social Psychology*, 30, 311-325.
- Abu Raiya, H., & Pargament, K.I. (2010). Religious Integrated Psychotherapy With Muslim Clients: From Research to Practice. *Professional Psychology: Research and Practice*, 41 (2), 181-188.
- Abu Raiya, H., Pargament, K.I. (2011a). Empirically based psychology of Islam: summary and critique of the literature. *Mental Health, Religion & Culture*, 14 (2), 93-115.
- Abu-Raiya, H., Pargament, K.I., Mahoney, A. (2011b). Examining Coping Methods With Stressful Interpersonal Events Experienced by Muslims Living in the United States Following the 9/11 Attacks. *Psychology Of Religion And Spirituality*, 3 (1), 1-14.
- Ahmed, A.S. & Hart, D.M. (1984). *Islam in Tribal Societies from the Atlas to the Indus*. London: Routledge.
- Ai, A.L., Tice, T.N., & Huang, B. (2005a). Prayers, spiritual support, and Positive Attitudes in coping with the September 11 national Crisis. *Journal of Personality*, 73 (3), 763 – 791.
- Ai, A.L., Trice, T.N., Huang, B. & Ishisaka, A. (2005b). Wartime faith based reactions among traumatized Kosovar and Bosnian refugees in the United States. *Mental Health, Religion and Culture*, 8 (4), 291-308.
- Ai, A.L., Tice, T.N., Huang, B., Rodgers, W. & Bolling, S.F. (2008). Types of prayer, optimism, and well-being of middle-aged and older patients undergoing open-heart surgery. *Mental Health, Religion and Culture*, 11 (1), 131-150.
- Ajarai, H. & Van Heemstra, M. (2007). *Land van werk en honing. Verhalen van Marokkaanse moeders over hun migratie*. Amsterdam: Bulaaq.
- Ajouaou, A. (2006). *De moslim die ik ben. Notities over een rekkelijk geloof*. Amsterdam: Bulaaq.
- Allport G. W. (1950). *The Individual and his Religion*. New York: Macmillan.
- Allport G. W. & Ross, J.M. (1967). Personal religious orientation and prejudice. *Journal of Personality and Social Psychology*, 5, 432- 443.
- Alma, H.A. (1998). *Identiteit door verbondenheid. Een godsdienstpsychologisch onderzoek naar identificatie en christelijk geloof*. Kampen: Kok. Proefschrift.
- Alma, H.A. & Zock, H. (2002). I and Me: The Spiritual Dimensions of Identity Formation. *International Journal of Education and Religion*, 3 (1), 1-15.
- Alma, H.A., Pieper, J.Z. T. & Van Uden, M.H.F. (2003). When I find myself in times of trouble: Pargament's religious coping scales in the Netherlands. *Archive for the Psychology of Religion*, 24, 64-74.
- Ano, G. & Vasconcelles, E.B. (2005). Religious coping and psychological adjustment to stress: A meta-analysis. *Journal of Clinical Psychology*, 61, 461-480.
- Ariel, David S. (1995). *What Do Jews Believe? The Spiritual Foundations of Judaism*. New York: Schocken Books.

- Avants, S.K., Beitel, M., & Margolin, A. (2005). Making the shift from 'addict self' to 'spiritual self': Results from a Stage I study of Spiritual Self-Schema (3-S) therapy for the treatment of addiction and HIV risk behavior. *Mental Health, Religion & Culture*, 8(3), 167-177.
- Bade, M.K. & Cook, S.W. (2008). Functions of Christian Prayer in the Copingprocess. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 47 (1): 123-133.
- Bakker, E. & De Graaf, B. (2014). Towards a Theory of Fear Management in the Counter-Terrorism Domain. ICCT – The Hague. Research Paper.
- Bakker, E., Paulussen, C. & Entenmann, E. (2013). Dealing with European Foreign Fighters in Syria. ICCT – The Hague. Research Paper.
- Bänziger S. (2007). *Still praying strong. An empirical study of the praying practices in a secular society*. Enschede. Proefschrift.
- Bänziger S., Janssen, J. & Van Uden, M.H.F. (2005). Bidden en coping: waarom bidden niet verdwijnt. *Gedrag en Gezondheid*, 33 (3), 154 -168.
- Bänziger S., Van Uden, M.H.F. & Janssen, J. (2006). Praying and coping: the relation between varieties of praying and religious coping styles. *Mental Health, Religion and Culture*, 1-18.
- Barrett, J.L. (2001). How Ordinary Cognition Informs Petitionary Prayer. *Journal of Cognition and Culture* 1, 259-269.
- Barrett, J.L. (2002). Dumb Gods, Petitionary Prayer and the Cognitive Science of Religion. In: Pyysiäinen, I. & V. Anttonen (Eds.), *Current Approaches in the Cognitive Science of Religion*, (pp. 93-110). London: Continuum.
- Bartelink, Y. (1994). *Vrouwen over de islam. Geloofsvoorstellingen en –praktijken van Marokkaanse migrantes in Nederland (Brabant)*. Nijmegen. Proefschrift.
- Bartels, E. (2005). 'Wearing a headscarf is my personal choice' (Jasmina, 16 years), *Islam and Christian-Muslim Relations*, 16(1), 15-28.
- Bartels, E., & De Koning, M. (2007). Typisch Hollandse moslimmeiden in een Goudse minaret. *Uit en thuis in Marokko. Antropologische schetsen*, 133-145.
- Beck, H. (1994). De Moessem van Idris I. Een islamitisch bedevaartfeest in Moulay Idris, Marokko. In: Pieper, J., Post, P. & Van Uden, M. (Eds.), *Bedevaart en pelgrimage. Tussen traditie en moderniteit*. (pp. 131-155). Baarn: Gooi & Sticht, UTP-katernen 16.
- Bectovic, S. (2011). Studying Muslims and constructing Islamic identity, *Ethnic and Racial Studies*, 34 (7), 1120-1133.
- Benkaddour, F. (2010). *Hoe overleef in Nederland? 99 ideeën voor Marokkaanse jongeren*. Amsterdam: Prometheus.
- Benson, P., & Spilka, B. (1973). God image as a function of self-esteem and locus of control. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 297-310.
- Ben-Ze'ev, A. (2002). *The subtlety of the emotions*. New York: Cambridge University Press.
- Van den Berg-Eldering, L. (1978). *Marokkaanse gezinnen in Nederland*. Alphen aan den Rijn: Samsom.
- Berry, J.W. (1990). Psychology of acculturation: understanding individuals moving between cultures. In Brislin, R.W. (Eds.), *Applied cross-cultural psychology* (pp. 232-253). Thousand Oaks, CA: Sage.

- Berry, J.W. (1997). Immigration, Acculturation, and Adaptation. *Applied Psychology: An International Review*, 46 (1), 5-34.
- Berry, J.W., & Sabatier, C. (2010). Acculturation, discrimination and adaptation among second generation immigrant youth in Montreal and Paris. *International Journal of Intercultural Relations*, 34, 91-207.
- Berry, J., Phinney, J., Sam, D. & Vedder, P. (2006). Immigrant Youth: Acculturation, Identity and Adaptation. *Applied Psychology*, 55 (3), 303-332.
- Borra, R. & Van Dijk, R. & Rohlof, H. (2002). *Cultuur, classificatie en diagnose. Een cultuursensitief werken met de DSM-IV*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.
- Bouali, F. (2006). *Bevrijd door Allah. Waarom een moslimvrouw haar mannen niet hoeft te gehoorzamen*. Amsterdam: Van Gennep.
- Bourdieu, P. (Eds.) (1993). *La misère du monde*. Paris: Editions du Seuil.
- Bourguignon, E. (2004). Suffering, and Healing, Subordination and Power: Women and Possession Trance. *Ethos*, 32 (4), 557-574.
- Bowlby, J. (1973). *Separation, Anxiety and Anger*. Harmondsworth: Penguin Books.
- Boyer, P. (2001). *Religion Explained: the Evolutionary Origins of Religious Thought*. New York: Basis Books.
- Boyer, P. (2003). Religious thought and Behaviour as By Products of Brain Function. *Trends in Cognitive Sciences*, 7, 117-124.
- Braam, A.W., Schrier, A.C., Tuinebreijer, W.C., Beekman, A.T., Dekker, J.J., & De Wit, M.A. (2010). Religious coping and depression in multicultural Amsterdam: A comparison between native Dutch citizens and Turkish, Moroccan and Surinamese/Antillean migrants. *Journal of affective disorders*, 125(1), 269-278.
- Brassé, P., Van Schelven, W., Van der Valk, L. & De Vries, M. (1983). *Jonge Turken en Marokkanen op de Nederlandse Arbeidsmarkt*. Amsterdam: Universiteit van Amsterdam, Instituut voor Sociale Geografie.
- Breslin, M. & Lewis, C.A. (2008). Theoretical models of the Nature of Prayer and Health: a Review. *Mental Health, Religion and Culture*, 11 (1), 9-12.
- Breuer J. & Freud, S. (1893/1895/ 1997). *Studien über Hysterie. Einleitung von Stavros Mentzos*. Frankfurt am Main: Fischer.
- Brouwer L. (2006). Giving voice to Dutch Moroccan girls on the Internet. *Global Media Journal*, 5 (9), 1-10.
- Brouwer, L. (1997). *Meiden met Lef, Marokkaanse en Turkse weggoopters*, Amsterdam: VU Uitgeverij.
- Brouwer, L., Lalmahomed, B. & Josias, H. (1992). *Andere tijden andere meiden. Een onderzoek naar het weglopen van Marokkaanse, Hindoestaanse, Creoolse meisjes*. Utrecht: Jan van Arkel.
- Brown, K. (2006). Realising Muslim women rights: the role of Islamic identity among British Muslim Women. *Women's Studies International Forum*, 29, 417-430.
- Brown, L.B. (1994). *The Human Side of Prayer: The Psychology of Praying*. Birmingham Alabama: Religious Education Press.
- Bryman, A. (2004/2012). *Social Research Methods*. Second Edition. Oxford: Oxford University Press.

- Bufford, R.K., Paloutzian, R.F. & Ellison, C.W. (1991). Norms for the Spiritual Well-Being Scale. *Journal of Psychology and Theology*, 19, 56–70.
- Buijs, F. (1993). *Leven in een nieuw land. Marokkaanse jongemannen in Nederland*. Utrecht: Jan van Arkel.
- Buijs, F.J., Demant, F., & Hamdy, A. (2006). *Strijders van eigen bodem: radicale en democratische moslims in Nederland*. Amsterdam: Amsterdam University Press.
- Buitelaar, M. (1993). *Vasten en Feesten in Marokko. Hoe vrouwen de Ramadan vieren*. Amsterdam: Bulaaq.
- Buitelaar, M.W. (2002). Negotiating the rules of chaste behaviour: re-interpretations of the symbolic complex of virginity by young women of Moroccan descent in The Netherlands, *Ethnic and Racial Studies*, 25(3), 462-489.
- Buitelaar, M. (2006a). *Islam en het dagelijks leven. Religie en cultuur onder Marokkanen*. Amsterdam: Atlas.
- Buitelaar, M. (2006b). "I am the Ultimate Challenge". Accounts of Intersectionality in the Life-story of a Well-known Daughter of Moroccan Migrant Workers in the Netherlands. *European Journal of Women Studies*, 13 (3), 259-276.
- Buitelaar, M.W. (2007). Staying close by moving out. The contextual meanings of personal autonomy in the life stories of women of Moroccan descent in The Netherlands. *Contemporary Islam*, 1(1), 3-22.
- Buitelaar, M. (2009). *Van huis uit Marokkaans. Over verweven loyaliteiten van hoogopgeleide migrantendochters*. Amsterdam: Bulaaq.
- Calkins, M.W. (1911). The nature of prayer. *Harvard Theological Review*, 6, 489-500.
- Carver, C.S., Schreier, M.F. & Weintraub, J.K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 267-283.
- Carver, C.S. & Schreier, M.F. (1999). Optimism. In: Snyder, C.R. (eds.) *Coping. The Psychology of What Works*. Oxford: Oxford University Press, 182-205.
- CBS (2010). Jaarrapportage Integratienota 2010. Den Haag/ Heerlen: Omslag.
- Choho, E. (2006). *Muslim unlimited, (over)leven in het wilde Westen*. Amsterdam, van Genneep.
- Cioni, P.F. (2007). Forgiveness, cognitive restructuring and object transformation. *Journal of Religion and Health*, 46(3), 385-397.
- Cottaar, A., Bouras, N. & Laouikili, F. (2009). *Marokkanen in Nederland. De pioniers vertellen*. Amsterdam: Meulenhoff.
- Cramer, P. (2000). Defense Mechanisms in Psychology Today: Further processes for adaptation. *American Psychologist*, 55(6), 637.
- Crul, M. (2003). 'Success breeds success. Moroccan and Turkish student mentors in the Netherlands', *International Journal for the Advancement of Counselling*, 24, 275-287.
- Crul, M., & Heering, L. (Eds.). (2008). *The position of the Turkish and Moroccan second generation in Amsterdam and Rotterdam: The TIES study in the Netherlands*. Amsterdam University Press.
- Dagevos, J. (2005). Minderheden, armoede en sociaal-culturele integratie. *Migrantenstudies*, 3, 135-154.
- Dammen McAuliffe, J. (Eds.) (2006). *The Cambridge Companion to the Qur'an*. Cambridge: Cambridge University Press.

Dein, S. & Littlewood, R. (2008). The psychology of prayer and the development of the Prayer Experience Questionnaire. *Mental Health, Religion and Culture*, 11 (1), 39-52.

De Jong, J.D. (2007). *Kapot moeilijk; Een etnografisch onderzoek naar opvallend delinquent groepsgegedrag van 'Marokkaanse' jongens*. Groningen: Rijksuniversiteit Groningen. Academisch proefschrift.

De Jong, J. & Colijn, S. (2010). De invloed van cultuur op psychiatrie en psychotherapie. In: Jong, J. de & S. Colijn (Eds.). *Handboek culturele psychiatrie en psychotherapie*. (pp. 15-21.) Utrecht: de Tijdstroom,

De Koning, M. (2008). *Zoeken naar een "zuivere" islam. Geloofsbeleving en identiteitsvorming van jonge Marokkaans-Nederlandse moslims*. Amsterdam. Academisch proefschrift.

De Koning, M. (2009). Islam is islam. Punt uit? *Migrantenstudies*, 1, 59-72.

Dekker, P., & Ester, P. (1996). Depillarization, deconfessionalization, and de-ideologization: empirical trends in Dutch society 1958-1992. *Review of Religious Research*, 325-341.

Demant, F., & Pels, T. (2007). Islam en gender bij Marokkaanse jongeren in Nederland. *Pedagogiek*, 26(2), 157-171.

De Mas, P., & Haffmans, M.A.F. (1985). *De gezinshereniging van Marokkanen in Nederland, 1968-1984: een onderzoek naar de omvang, de aard en de gebieden van herkomst en vestiging*. Den Haag: Ministerie van Sociale Zaken en Werkgelegenheid.

De Roos, S. A., Iedema, J., & Miedema, S. (2004). Influence of Maternal Denomination, God Concepts, and Child-Rearing Practices on Young Children's God Concepts. *Journal for the scientific study of religion*, 43(4), 519-535.

Des Jarlais, D.C., Vanichseni, S., Marmor, M., Buavirat, A., Titus, S., Raktham, S. & Mastro, T.D. (1997). "Why I am not infected with HIV": Implications for long-term HIV risk reduction and HIV vaccine trials. *AIDS Journal of Acquired Immune Deficiency Syndromes*, 16(5), 393-399.

Deug F. (1989). *En dan ben je pas echt ver van huis: Turkse en Marokkaanse vrouwen en meisjes over seksueel geweld en de hulpverlening*. Utrecht: Stichting tegen seksueel geweld.

De Valk, H. (2008). Union and Family formation. In: Crul, M, and L. Heering Ed. *The Position of the Turkish and Moroccan Second Generation in Amsterdam and Rotterdam. The TIES Study in the Netherlands*. (pp. 143-161). Amsterdam: University Press Amsterdam.

De Valk, H. & Crul, M. (2008). Education. In: Crul, M. & L. Heering Ed. *The Position of the Turkish and Moroccan Second Generation in Amsterdam and Rotterdam. The TIES Study in the Netherlands*. (pp. 63-87). Amsterdam: University Press Amsterdam.

De Vries-Schot, M.R. (2006). *Gezonde godsdienstigheid en heilzaam geloof. Verheldering van concepten vanuit de psychologie, psychiatrie en theologie*. Delft, Eburon. Proefschrift.

De Vries-Schot, M.R., Pieper, J.Z.T. & Van Uden, M.H.F. (2012). Mature Religiosity Scale. Validity of a New Questionnaire. *European Journal of Mental Health* 7.1: 57-71.

Dickie, J.R., Eshleman, A.K., Merasco, D.M., Shepard, A., Wilt, M.V., & Johnson, M. (1997). Parent-child relationships and children's images of God. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 25-43.

Dijksterhuis, A. (2007). *Het slimme onderbewuste. Denken met gevoel*. Amsterdam, Bert Bakker.

Doornbos, A. (2001). Tussen traditie en verleiding? Dilemma's in het dagelijks leven van jonge moslimvrouwen. *Sociologische Gids*. 48: 2, p. 183-203.

- Durkheim, E. (1915/2003). *Les formes élémentaires de la vie religieuse. Le système totémique en Australie*. Paris: Quadrige/ PUF.
- Edrisi, M. (2007). Onderwerping en onbehagen, de moeilijke weg naar hulp voor toegewijde moslims. *MGV* 62(3), 183-194.
- Eickelman, D. (1976). *Moroccan Islam*. Austin: University of Texas Press.
- Eldering, L. & Borm, J. (1994). *Alleenstaande Marokkaanse moeders. Een verkennend onderzoek*. Leiden: Rijksuniversiteit. ICP-reeks: 4.
- Elias, N., (1976). Een theoretisch essay over gevestigden en buitenstaanders. In: Elias, N., J.L. Scotson. *De gevestigden en de buitenstaanders. Een studie naar de spanningen en machtsverhoudingen tussen twee arbeidersbuurten*. Utrecht; Spectrum.
- Elias, N. & Scotson, J.L. (1976). *De gevestigden en de buitenstaanders. Een studie naar de spanningen en machtsverhoudingen tussen twee arbeidersbuurten*. Utrecht: Spectrum.
- El Kaka, I. & Kursun, H. (2002). *Mijn geloof en mijn geluk. Islamitische meiden en jongens over hun homoseksuele gevoelens*. Amsterdam: Schorer Boeken.
- Ellison, C.G., & Taylor, R.J. (1996). Turning to prayer: Social and situational antecedents of religious coping among African Americans. *Review of Religious Research*, 111-131.
- Emmons, R.A. (2005). Emotion and Religion. In: Paloutzian, R.F. and C.L. Park (Eds.). *Handbook of the psychology of religion and spirituality*, (pp. 235-253). New York: The Guilford Press.
- Emmons, R.A. & Schnitker, S.A. (2015). God and Goals. Religion and Purposeful Action. In: Paloutzian, R.F. & Park, C.L. (Eds.). *Handbook of the psychology of religion and spirituality, Second Edition* (pp.25 - 274). New York: The Guilford Press.
- Entzinger, H. (2009). Integratie, maar uit de gratie. Multi-etnisch samenleven onder Rotterdamse jongeren. *Migrantenstudies* 25 (1), p. 8-23.
- Entzinger, H. & Dourleijn, E. (2008). *De lat steeds hoger. De leefwereld van jongeren in een multi-etnische stad*. Assen: Van Gorcum.
- Eppink, E., Hartman-Eeken, M. & De Vreede-Stuers, C. (Eds.) (1979). *Rapport. Turkse en Marokkaanse jongeren in Nederland. Een exploratief onderzoek naar de beleevingswereld van deze jongeren en hun ouders. Geanalyseerd in termen van rolgedrag en kultuurverschillen*. Den Haag: Staatsuitgeverij.
- Esposito, J.L. (2003). *The Oxford Dictionary of Islam*. Oxford: Oxford University Press.
- Exline, J.J. & Rose, E.D. (2015). Religious and Spiritual Struggles. In: Paloutzian, R.F. and C.L. Park. *Handbook of the psychology of religion and spirituality*. Second Edition. New York: The Guilford Press, 380-399.
- Faber, M.D. (2002). *The magic of prayer. An Introduction to the Psychology of Faith*. Prager Publishers: Westport.
- Fanon, F. (1967). *Black Skin, White Masks*. New York: Grove Press, Inc.
- Farouki, N., Van der Werf, M. & Swildens, T. (2007). *In de schaduw van de Argania. Marokkaanse vrouwen over de veranderingen in hun leven in de laatste tien jaren*. Amsterdam: Stichting Kleur in 't werk.
- Festinger, L. (1957). *A Theory of Cognitive Dissonance*. Stanford University Press, Stanford.

- Flere, S. & Lavrič, M. (2008). Is intrinsic religious orientation a culturally specific American Protestant concept? The fusion of intrinsic and extrinsic religious orientation among non-Protestants. *European Journal of Social Psychology*, 38 (3), 521-530.
- Fokkema, T., Harmsen, C. & Nicolaas, H. (2009). Herkomst en vestiging van de eerste generatie Marokkanen in Nederland. *Bevolkingstrends derde kwartaal 2009*. Den Haag: CBS, 57 (3), 51-56.
- Folkman, S. & Lazarus, R.S. (1980). An Analysis of coping in a middle-aged community sample. *Journal of Health and Social Behavior*, 21, 219-239.
- Folkman, S. & Lazarus R.S. (1988). *Manual for the Ways of Coping Questionnaire*. Palo Alto: Consulting Psychologists Press.
- Folkman, S. & Moskowitz, J.T. (2000). Positive Affect and the Other Side of Coping. *American Psychologist*, 55 (6), 647-654.
- Foster, R. (1992). *Prayer: Finding the heart's true home*. New York: Harper Collins.
- Frankl, V.E. (1986). *The Doctor and the Soul*. New York: Basic Books.
- Frankl, V.E. (2008). *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. Eine Auswahl aus dem Gesamtwerk*. München: Piper.
- Freud, A. (1936/1971). *Das Ich und die Abwehrmechanismen*. München: Kindler Verlag.
- Freud, S. (1893-1926/1994). *Hysterie und Angst. Studienausgabe band VI*. Frankfurt am Main: Fischer Verlag.
- Freud, S. (1907/1973). *Zwangshandlungen und Religionsübungen. Zwang, Paranoia und Perversion. Studienausgabe. Band VII*. (pp: 11- 22). Frankfurt am Main: Fisher Verlag.
- Freud, S. (1911-1938/2010). *Das Ich und das Es. Metapsychologische Schriften*. Frankfurt am Main: Fischer Taschenbuch Verlag.
- Freud, S. (1930/1965). *Abriß der Psychoanalyse. Das Unbehagen in der Kultur*. Frankfurt am Main: Fischer Bücherei.
- Geertz, C. (1960/1976). *The Religion of Java*. Londen.
- Geertz, C. (1968). *Islam Observed. Religious Development in Morocco and Indonesia*. Chicago: The University of Chicago Press.
- Geertz, C. (1972). Religion as a cultural system. In: Lessa, W.A. & E.Z. Vogt (Eds.): *Reader in Comparative Religion. An Anthropological Approach*. (pp. 167-179). Third Edition. New York: Harper & Row, Publishers.
- Geertz, C. (1973). *The Interpretation of Cultures*. New York: Basic Books.
- Geurts, E. (2008). 'Als je je kinderen niet slaat, krijg je later spijt'. Traditie vaak bepalend voor geweld in Turkse en Marokkaanse gezinnen. *Tijdschrift Kindermishandeling*, 1 (1), 14-17.
- Glock, C.Y. (1972). On the Study of Religious Commitment. In: J. E. Faulkner (Ed.) *Religion's Influence in Contemporary Society, Readings in the Sociology of Religion*, (pp. 38-56). Ohio: Charles E. Merrill.
- Glock, C.Y. & Stark, R. (1968). *American Piety*. Berkeley: University of California Press.
- Groenewold, G. (2008). Identities and intercultural relations. In: Crul, M, & Heering, L. (Eds.). *The Position of the Turkish and Moroccan Second Generation in Amsterdam and Rotterdam. The TIES Study in the Netherlands*, (pp.105 -128). Amsterdam: University Press Amsterdam.

Gupta, V., Johnstone, L. & Gleeson, K. (2007). Exploring the meaning of separation in second generation young South Asian women in Britain. *Psychology and Therapy: Theory, Research and Practice*, 80, 481- 495.

Haan, N. (1977). *Coping and defending*. New York: Academic Press, New York.

Haque A. (2004). Religion and Mental Health: the case of American Muslims. *Journal of Religion and Health*, 43 (1), 45-58.

Hart, D.M. (1976). *The Aith Waryaghar of the Moroccan Rif: an ethnology and history*. Viking Fund Publications in Anthropology, no. 55, University of Arizona Press.

Heiler, F. (1921). *Das Gebet. Eine religionsgeschichtliche und religionspsychologische Untersuchung*. 3e druk. München: Verlag von Ernst Reinhart.

Heinemeijer, W.F., Van Amersfoort, J.M.M., Ettema, W., De Mas, P. & Van der Wusten, H.H. (1976). Weggaan om te blijven. Gevolgen van gastarbeid op het Marokkaanse platteland. Publicatie 2. NUFFIC, REMPLD-Projects. Amsterdam. Geografisch Instituut Universiteit van Amsterdam.

Henkel, H. (2005). 'Between Belief and Unbelief Lies the Performance of Salât': Meaning and Efficacy of a Muslim Ritual. *Journal of the Royal Anthropological Institute*, 11(3), 487-507.

Hermans, P. (1985). *Maatschappij en individu in Marokko. Een antropologische benadering*. Brussel, Cultuur en Migratie.

Hermans, H. J. & Dimaggio, G. (2007). Self, identity and globalisation in times of uncertainty: a dialogical analysis. *Review of General Psychology*, 11 (1), 31-61.

Hill, P.C. (2005). Measurement in the Psychology of Religion and Spirituality: Current Status and Evaluation. In: Paloutzian, R.F. and C.L. Park (Eds.). *Handbook of the psychology of religion and spirituality*, (pp. 43-61). New York: The Guilford Press.

Hill, P.C. (2015). Measurement Assessment and Issues in the Psychology of Religion and Spirituality: In: Paloutzian, R.F. and C.L. Park. *Handbook of the psychology of religion and spirituality*. Second Edition. New York: The Guilford Press, 48-75.

Van der Hoek, J. & Kret, M. (1992). *Marokkaanse tienermeisjes gezinsinvloeden op keuze en kansen*. Utrecht: Jan van Arkel.

Hoffer, C. (1996). *Islamitische Genezers en hun Patiënten. Gezondheidszorg, Religie en Zingeving*. Amsterdam: Het Spinhuis.

Hoge, D.R. (1972). 'A Validated Intrinsic Religious Motivation Scale', *Journal for the Scientific Study of Religion* 11, 369-76.

Hood, R.W. Jr. (2005). Religious Practice, Ritual and Prayer. In: Paloutzian, R.F. and C.L. Park (Eds.). *Handbook of the psychology of religion and spirituality*, (pp. 365-377). New York: The Guilford Press.

Houran, J. Kumar, V.K., Thalbourne, M. & Lavertue, N.E. (2002). Haunted by somatic tendencies: spirit infestation as psychogenic illness. *Mental Health, Religion and Culture*, 5, 119-134.

Howard, P.N. & Hussain, M.M. (2011). The Role of Digital Media. *Journal of Democracy*, Volume 22, 3, pp. 35-48

Huiberts, A., Oosterwegel, A., Van der Valk, I., Vollebergh, W. & Meeus, W. (2006): Connectedness with parents and behavioural autonomy among Dutch and Moroccan adolescents, *Ethnic and Racial Studies*, 29(2), 315-330.

James, W. (1902/1958). *The Varieties of Religious Experience. A study in Human Nature*. New York, Random House, The Modern Library.

Jansen, W. (1987). *Women without men. Gender and marginality in an Algerian Town*. Leiden, Brill. Academisch proefschrift.

Janssen, J., De Hart, J. & Den Draak, C. (1990). A Content Analysis of the Praying Practices of Dutch Youth. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 29 (1), 99-107.

Janssen, J. & Bänziger, S. (2003). Praying as a universalising variable. *Archives for the Psychology of Religion*, 25, 100-112.

Janssen, J., Prins, M., Baerveldt, C & Van der Lans, J. (1998). Structure en varianten van bidden. Een onderzoek bij Nederlandse jongeren. In: Van Uden & Pieper, J. (Eds.) *Wat baat religie? Godsdienstpsychologen en godsdienstsociologen over het nut van religie*, (pp. 67-97). Nijmegen: KSGV.

Jonkers, M. (2003). *Een miskende revolutie. Het moederschap van Marokkaanse vrouwen*. Amsterdam: Aksant.

Jouili, J.S. & Amir-Moazami, S. (2006). Knowledge, Empowerment and Religious Authority among Pious Muslim Women in France and Germany. *The Muslim world*. Volume 96, 617- 642.

Jouili, J.S. (2007). Devenir pieuse: Femmes musulmanes en France et en Allemagne entre réforme de soi et quête de reconnaissance. Paris: EHESS. Unpublished dissertation.

Jouili, J.S. (2008a) 'Re-fashioning the self through religious knowledge: how Muslim women become pious in the German Diaspora'. In Al-Hamarneh, A. and Thielmann, J. (Eds), *Islam and Muslims in Germany*, (pp. 465-488). Leiden: Brill,.

Jouili, J.S. (2008b) 'The pains and stakes of "doing the right thing": Islamic piety and moral reasoning in secular contexts' Paper presented at the Conference 'Moral Communities, Moral Ambiguities', Helsinki Collegium for Advanced Studies, Helsinki, Finland.

Jouili, J.S. (2011). Beyond emancipation: subjectivities and ethics among women in Europe's Islamic revival communities. *Feminist Review*, 98(1), 47-64.

Kamal, Z. & Loewenthal, K.M. (2002). Suicide beliefs and behaviour among young Muslims and Hindus in the UK. *Mental Health, Religion and Culture*, 5, 111-118

Kemper, F. (1996). *Religiositeit, etniciteit en welbevinden*. Nijmegen: Sun.

Ketner, S. L. (2008). *Marokkaanse wortels, Nederlandse grond. Exploratie, bindingen en identiteitsstrategieën van respondenten van Marokkaanse afkomst*. Groningen: Rijksuniversiteit Groningen. Academisch proefschrift.

Ketner S. (2009). 'Ik denk niet in culturen... ik denk eigenlijk meer in mijn geloof' Waarom jongeren van Marokkaanse afkomst in Nederland de moslimidentiteit zo sterk benadrukken. *Migrantenstudies*, 1, 73-87.

Ketner S. (2010). *Marokkaanse Wortels, Nederlandse grond. Jonge moslims over opgroeien in Nederland*. Utrecht: Verweij-Jonker Instituut.

Khan, Z.H. & Watson, P.J. (2006). Construction of the Pakistani Religious Coping Practice Scale: correlations with religious coping, religious orientation and reactions to stress among Muslim university students. *International Journal for the Psychology of Religion*, 16 (2), 101-112.

Khan, Z.H., Watson, P.J., & Chen, Z. (2011). Differentiating religious coping from Islamic identification in patient and non-patient Pakistani Muslims. *Mental Health, Religion & Culture*, 14(10), 1049-1062.

- Kirkpatrick, L.A. (1994). The role of attachment in religious belief and behavior. *Advances in Personal Relationships*, 5, 23-265.
- Kirkpatrick, L.A. (1999). Attachment and religious representations and behaviour. In J. Cassidy and P.R. Shaver (Eds.) *Attachment Theory and Research*, (pp. 803-822). New York: Guilford.
- Koenig H.G., Parkerson, G.R. Jr & Meador, D.A. (1997). Religion index for psychiatric research. *American Journal of Psychiatry*, 153, 885-886.
- Ladd, K. & McIntosh, D.N. (2008). Meaning, God, and prayer: Physical and metaphysical aspects of social support. *Mental Health, Religion and Culture*, 11 (1), 23-38.
- Ladd, K.L., & Spilka, B. (2002). Inward, Outward, and Upward: Cognitive Aspects of Prayer. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 41(3), 475-484.
- Ladd, K.L., & Spilka, B. (2006). Inward, outward, upward prayer: Scale reliability and validation. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 45(2), 233-251.
- Ladd, K.L., Spilka, B. (2015). Ritual and Prayer, Forms, Functions and Relationships. In: Paloutzian, R.F. and C.L. Park (Eds.). *Handbook of the psychology of religion and spirituality. Second edition*. (pp. 441-457). New York: The Guilford Press.
- Lazarus, R.S. (1991). *Emotions and Adaptation*. Oxford: Oxford University press.
- Lazarus, R.S. (1997). Acculturation isn't everything. Commentary on "Immigration, Acculturation, and Adaptation" by John W. Berry. *Applied Psychology: An International Review*, 46 (1), 39-43.
- Lazarus, R.S. (1999). *Stress and Emotion: a New Syntheses*. New York: Springer.
- Lazarus R.S. (2000). Toward Better Research on Stress and Coping. *American Psychologist*, 55 (6), 665-673.
- Lazarus, R.S. (2006). Emotions and Interpersonal Relationships: Towards a Person-centered Conceptualisation of Emotions and Coping. *Journal of Personality*, 74 (1), 9-46.
- Lazarus, R.S. & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer.
- Leemhuis, F. (1992). *De Koran. Een weergave van de betekenis van de Arabische tekst in het Nederlands*. Houten: Het Wereldvenster.
- Levine, M. (2008). Prayer as coping: A psychological analysis. *Journal of health care chaplaincy*, 15(2), 80-98.
- Ljamai, A. (2005). *Inleiding tot de Studie van de Koran. Ontstaansgeschiedenis en methodes van de koranexegese*. Zoetermeer: Meinema.
- Loewenthal, K.M. (2007). *Religion, Culture and Mental Health*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Lukoff, D., Lu, F.G. & Yang, C.P. (2011). DSM-IV religious and spiritual problems. In: J.R. Peteet, F.G. Lu & Narrow, W.E. (Eds.). *Religious and spiritual issues in psychiatric diagnosis: A research agenda for DSM-V*, (pp. 171-198). American Psychiatric Association, Arlington, VA.: American Psychiatric Publishing, Inc.
- Magee, J. J. (1994). Using themes from mystical traditions to enhance self-acceptance in life review groups. *Journal of Religious Gerontology*, 9, 63-72.
- Mahmood, S. (2001a). Rehearsed spontaneity and the conventionality of ritual: disciplines of salat. *American Ethnologist* 28(4), 827-853.

- Mahmood, S. (2001b). Feminist theory, embodiment, and the docile agent: some reflections on the Egyptian Islamic revival. *Cultural Anthropology*, 6(2): 202-236.
- Mahmood, S. (2005). *Politics of Piety. The Islamic Revival and the Feminist Subject*, Princeton/Oxford: Princeton University Press.
- Mahmood, S. (2006) 'Secularism, Hermeneutics, and Empire: The Politics of Islamic Reformation'. *Public Culture*, 18(2), 323-347.
- Maliepaard, M. (2012). *Religious trends and social integration: Muslim minorities in the Netherlands* Utrecht: Universiteit van Utrecht. Academisch proefschrift.
- Maliepaard, M. & Gijsberts, M. (2012). *Moslims in Nederland*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Maltby, J., Lewis, C.A. & Day, L. (1999). Religious orientation and logical well-being: the role of the frequency of personal prayer. *British Journal of Health Psychology*, 4, 363-378.
- Mansson McGinty, A. (2007). Formation of alternative femininities through Islam: Feminist approaches among Muslim converts in Sweden. *Women's Studies International Forum*, 30, 474-485
- Martens, E.P., Prins, C.J.M. & Roelandt, Th. (1994). De Turkse, Marokkaanse, Surinaamse, Antilliaanse en Arubaanse bevolking in Nederland. In: Veenman & Roelandt (Eds). *Onzeker bestaan. De maatschappelijke positie van Turken, Marokkanen, Surinamers en Antillianen in Nederland*, (pp. 52-78). Amsterdam, Meppel: Boom/ ISEO.
- Marx, K. (1844). Einleitung, Zur Kritik der Hegelschen Rechts-Philosophie. *Deutsch-Französische Jahrbücher*, Februar.
- Masters K.S., & Spielmans, G.I. (2007). Prayer and Health: Review, Meta-Analysis and Research Agenda. *Journal of Behavioural Medicine* 30, 329-338.
- Mattis, J.S. (2002). Religion and spirituality in the meaning-making and coping experiences of African American women: A qualitative analysis. *Psychology of Women Quarterly*, 26(4), 309-321.
- McCullough, M.E., Bono, G & Root, L.M. (2005). Religion and Forgiveness. In: Paloutzian, R.F. and C.L. Park (Eds.). *Handbook of the psychology of religion and spirituality*, (pp. 394-411). New York: The Guilford Press.
- Meekeren, E. & Limburg-Okken, A. & May R. (2002): *Culturen binnen Psychiatriemuren. Geestelijke gezondheidszorg in een multiculturele samenleving*. Amsterdam: Boom.
- Meijer, E. & Van der Valk, L.N.H. (1999). Familiegelijkenissen en krachtbronnen binnen de transculturele hulpverlening. In: Bersselaar, V. van den (Eds.). *Zorgvuldig Hulpverleners. Maatschappelijk Werk en Sociale Participatie*, (pp. 158-174). Assen: Van Gorkum.
- Menninger, K. (1963). The vital balance: The life process in mental health and illness (with M. Mayman SP Pruyser). *New York: Viking*.
- Mernissi, F. (1988). *Doing Daily Battle. Interviews with Moroccan Women*. Translated by Mary Jo Lakeland. London, The Women's Press.
- Mernissi, F. (2006). Digital Scheherazades in the Arab World. *Current History*, 105 (698), 121-126.
- Miller, N.E. (1980). The measurement of mood in senile brain disease: examiner ratings and self-reports. In *Proceedings of the annual meeting of the American Psychopathological Association* (Vol. 69, p. 97).

- Miller, L. & Kelley, B.S. (2005). Relationships of Religiosity and spirituality with Mental Health and Psychopathology. In: Paloutzian, R.F. and Park, C.L. (Eds.). *Handbook of the psychology of religion and spirituality*. (pp. 460-478). New York: The Guilford Press.
- Moghaddam F.M., Zachery, W. & Love, K. (2015). Religion and the Staircase to Terrorism. In: Paloutzian, R.F. & Park, C.L. (Eds.). *Handbook of the psychology of religion and spirituality, Second Edition* (pp.632 -651). New York: The Guilford Press.
- Moors, A. (2009). The Dutch and the face-veil: politics of discomfort. *Social Anthropology*, 17 (4), 393–408.
- Nabben, T., Yeşilgöz, B. & Korf, D.J. (2006). *Van Allah tot Prada, Identiteit, leefstijl en geloofsbeleving van jonge Marokkanen en Turken*. Utrecht/ Rotterdam: FORUM, Ger Guijs.
- Nahas, O. (2003). Reactie. In: Ramsaran, R. & B. Spaans, A. van Bommel (2003). *Wankele waarden. Levenskwesties van moslims belicht voor professionals*. (pp. 110-119). Utrecht: Forum.
- Nasr, S.H. (2004). *The Heart of Islam. Enduring Values for Humanity*. New York: HarperCollins.
- Obdeijn, H. & Schrover, M. (2008). *Komen en gaan. Immigratie en emigratie in Nederland vanaf 1550*. Amsterdam: Bert Bakker.
- Oman, D. (2015). Defining Religion and Spirituality. In: Paloutzian & Park (Eds.). *Handbook of the psychology of religion and spirituality. Second edition*. New York: The Guilford Press.
- Omlo, J.J. (2011). *Integratie én uit de gratie? Perspectieven van Marokkaans-Nederlandse jongvolwassenen*. Delft: Eburon. Academisch proefschrift.
- Oosterwijk, M. (2004). *Cognitieve strategieën van borstkankerpatiënten en de relatie met aanpassing: Een longitudinale studie*. Enschede: Ipskamp.
- Ostow, M. (2007). *Spirit, Mind & Brain. A psychoanalytic Examination of Spirituality and Religion*. New York, Colombia University Press.
- Otten, R. (1983). *Basiswoordenboek van het Marokkaans Arabisch*. Muiderberg, Coutinho.
- Outten H.R., Schmitt, M.T., Garcia, D.M. & Branscombe, N.R. (2009). Coping Options: Missing Links between Minority Group Identification and Psychological Well-Being. *Applied Psychology: An international Review*, 58 (1), 146–170.
- Ozorak, E.W. (2005). Cognitive Approaches to Religion. In: Paloutzian, R.F. and C.L. Park (Eds.). *Handbook of the psychology of religion and spirituality*. (pp. 216-235). New York: The Guilford Press.
- Paloutzian, R.F. (1981). Purpose in life and value changes following conversion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 41, 1153-1160.
- Paloutzian, R.F. & Ellison, C.W. (1982). "Loneliness, Spiritual Well-Being and the Quality of Life," In: Peplau, L.A. & Perlman, D. (Eds.); *Loneliness: A Sourcebook of current theory, research and therapy*; (pp. 224–37). New York: Wiley-Interscience.
- Paloutzian, R.F. & Park, C.L. (2005). Integrative Themes in the Current Science of the Psychology of Religion. In: Paloutzian, R.F. and C.L. Park (Eds.). *Handbook of the psychology of religion and spirituality*. (pp. 3-20). New York: The Guilford Press.
- Paloutzian, R.F. & Park, C.L. (2015). *Handbook of the psychology of religion and spirituality. Second edition*. New York: The Guilford Press.

Pargament K.I. (1997). *The psychology of religion and coping. Theory Research and practice*. New York: Guilford Press.

Pargament, K.I. (2007). *Spiritually integrated Psychotherapy. Understanding and addressing the sacred*. New York: Guilford Press.

Pargament, K. I., & Abu-Raiya, H. (2007). A decade of research on the psychology of religion and coping: Things we assumed and lessons we learned. *Psyke and Logos*, 28, 742-766.

Pargament, K.I., Ano, G.G. & Wachholtz, A.B. (2005). The Religious Dimensions of Coping: Advances in Theory, Research, and Practice. In: Paloutzian, R.F. and C.L. Park (Eds.). *Handbook of the psychology of religion and spirituality*. (pp. 479-496). New York: The Guilford Press.

Pargament, K.I., Ensing D.S., Falgout, K., Olsen, H., Reilly, B., Haitsma, K.V., & Warren, R. (1990). God help me: (I): Religious coping efforts as predictors of the outcomes to significant negative life events. *American Journal of Community Psychology*, 18 (6), 793-824

Pargament, K.I, Feuille, M., & Burdzy, D. (2011). The Brief RCOPE: Current psychometric status of a short measure of religious coping. *Religions*, 2(1), 51-76.

Pargament, K.I., Kennell, J., Hathaway, W., Grevengoed, N., Newman, J. & Jones, W. (1988). Religion and the problem-solving process: Three styles of coping. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 27, 90-104.

Pargament, K.I., Koenig H.G. & Perez, L.M. (2000). The many methods of religious coping: development and initial validation of the RCOPE. *Journal of Clinical Psychology*, 56 (4), 519-543.

Pargament, K.I., Smith, B.W., Koenig, H.G., & Perez, L. (1998). Patterns of positive and negative religious coping with major life stressors. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 37, 710-724.

Pargament, K.I., Falb, M.D., Ano, G.G. & Wachholz, A.B. (2015). The Religious Dimension of Coping: Advances in Theory, Research, and Practice. In: Paloutzian, R.F. & Park, C.L. (Eds.). *Handbook of the psychology of religion and spirituality, Second Edition* (pp. 560-580). New York: The Guilford Press.

Pargament, K.I., & Park, C.L. (1995). Merely a defense?: The variety of religious means and ends. *Journal of Social Issues*, 51, 13-32.

Park, C.L. (2005). Religion and Meaning. In: Paloutzian, R.F. and Park, C.L. (Eds.). *Handbook of the psychology of religion and spirituality*. (pp. 295-315). New York: The Guilford Press.

Paloutzian, R.F. & Park, C.L. (2015). Directions for the Future of the Psychology of Religion and Spirituality: Research Advances in Methodology and Meaning Systems. *Handbook of the psychology of religion and spirituality. Second edition*, (pp. 651-667). New York: The Guilford Press.

Park, C.L. & Slattery, J.M. (2015). Religion, Spirituality, and Mental Health. In: Paloutzian, R.F. & Park, C.L. (Eds.). *Handbook of the psychology of religion and spirituality. Second edition*, (pp. 540-560). New York: The Guilford Press.

Peek, L. (2005). Becoming Muslim: The development of a religious identity. *Sociology of Religion*, 66(3), 215-242.

Pels, T. (1991). *Marokkaanse kleuters en hun culturele kapitaal. Opvoeden en leren in het gezin en op school*. Amsterdam: Swets & Zeitlinger.

Pels, T. (2000). Muslim families from Morocco in the Netherlands: Gender dynamics and fathers' roles in a context of change. *Current Sociology*, 48(4), 75-93.

Pels, T., Distelbrink, M. & Postma, L. (2009). *Opvoeding in de migratiecontext. Review van onderzoek naar de opvoeding van gezinnen van nieuwe Nederlanders*. Utrecht: Verwey-Jonker Instituut.

Pels, T. & De Haan, M. (2003). *Continuity and change in Moroccan socialization, a review of the literature on socialisation in Morocco and among Moroccan families in the Netherlands*. Utrecht: Verweij Jonker Instituut.

Pels, T. & De Haan, M. (2007). Socialisation practices of Moroccan Families after migration: a reconstruction in an acculturative area. *Young*, 15 (10), 71-89.

Pels, T., De Gruijter, M., & Lahri, F. (2008). *Jongeren en hun islam. Jongeren over hun ondersteuning als moslim in Nederland*. Utrecht: Verwey Jonker Instituut en FORUM.

Pels T. & De Gruijter, M. (2006). *Emancipatie van de tweede generatie. Keuze en kansen in de levensloop van jonge moeders van Marokkaanse en Turkse achtergrond*. Assen: Van Gorcum.

Pels, T., & Ruyter, D.D. (2011). De relatie tussen opvoeding, socialisatie, ontwikkeling en radicalisering: overzicht van en hiaten in de beschikbare kennis. *Pedagogiek*, 31(2), 117-133.

Peters, R. (1982/1987). *Van Vreemde herkomst. Achtergronden van Turkse en Marokkaanse landgenoten*. Tweede herziene druk. Houten: het Wereldvenster.

Phalet, K. (2005). Moslims in Nederland: de constructie van identiteit en alterniteit. *Migrantenstudies*, 21(1), 29-42.

Phalet, K. & Ter Wal, J. (Eds.) (2004). *Moslims in Nederland. Religie en migratie. Sociaal-wetenschappelijke databronnen en literatuur*. SCP-werkdocument 106a. Den Haag: SCP en Ercomer-ICS Universiteit Utrecht.

Pick, S. (1997). Berry in Legoland. Commentary on "Immigration, Acculturation, and Adaptation" by John W. Berry. *Applied Psychology: An International Review*, 46 (1), 49-52.

Piedmont, R.L. (2005). The Role of Personality in Understanding Religious and Spiritual Constructs. In: Paloutzian, R.F. and C.L. Park (Eds.). *Handbook of the psychology of religion and spirituality*, (pp. 253-273). New York: The Guilford Press.

Pieper, J., Post, P. & Van Uden, M. (Eds.) (1994). *Bedeavaart en pelgrimage. Tussen traditie en moderniteit*. (pp. 131-155). Baarn: Gooi & Sticht, UTP-katernen 16.

Pieper, J.Z., & Van Uden, M.H. (1994). Lourdes: A place of religious transformations?. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 4(2), 91-104.

Pieper, J. (2012). Religieuze coping: ontwikkelingen en onderzoek in Nederland. *Psyche & Geloof*. 23 (3), 139-149.

Pieper, J.Z.T. & Van Uden, M.H.F. (2003). Geloof en levensbeschouwing binnen het referentiekader van psychotherapeuten. In: Frank van Ree (Eds.) *GGZ en levensbeschouwing. Psychiatrische hulp aan Nederlanders en Medelanders*, (pp. 38-53). Lisse: Swets & Zeitlinger.

Pieper, J.Z.T. & Van Uden, M.H.F. (2005). *Religion and coping in mental Health care*. Amsterdam/New York: Rodopi BV.

Pieper, J.Z.T. & Van Uden, M.H.F. (2006). *Religie in een forensisch psychiatrische setting. Patiënten van de Pompestichting over geloof/levensbeschouwing en geestelijke verzorging*. Tilburg: KSGV.

Pieper, J. & Van Uden, R. (2012). Religieuze coping in de gezondheidszorg. In: Verhagen, P.J. & Van Megen H.J.G.M., (Eds.). *Handboek Psychiatrie, religie en spiritualiteit*, Utrecht: De Tijdstroom: 339-352.

Poloma, M.M., & Gallup, G.H. Jr. (1991). *Varieties of Prayer: A survey report*. Philadelphia: Trinity Press International.

Poloma, M.M., & Pendleton, B.F. (1991). The effects of prayer and prayer experiences on measures of general well-being. *Journal of Psychology and Theology*, 19(1), 71-83.

Poorthuis, M., Salemink, T. & Nederkoorn, P. (2011). *Van harem tot fitna. Beeldvorming van de islam in Nederland 1848-2010*. Nijmegen: Valkhof Pers.

Powers, P.R. (2004). Interiors, Intentions, and the Spirituality of Islamic Ritual Practice. In: *Journal of the American Academy of Religion*, 72 (2), 425-459.

Ramadan T. (2004). *Western Muslims and the Future of Islam*. Oxford: Oxford University Press.

Reza, M.F., Urakami, Y., & Mano, Y. (2002). Evaluation of a new physical exercise taken from salat (prayer) as a short-duration and frequent physical activity in the rehabilitation of geriatric and disabled patients. *Annals of Saudi Medicine*, 22(3/4), 177-180.

Richert, R.A. & Granqvist, P. (2015). Religious and Spiritual Development in Childhood. In: Paloutzian, R.F. & Park, C.L. (Eds.). *Handbook of the psychology of religion and spirituality. Second edition*, (p.165-198). New York: The Guilford Press.

Rizzuto, A.M. (2001). Does God help? What God? Helping Whom? The Convolutions of Divine Help. In: Akhtar, S & Parens, H. (Eds.). *Does God help? Developmental and clinical Aspects of Religious belief*. (pp. 18-51). London: Jason Aronson.

Roeland, J., Aupers, S., Houtman, D., De Koning, M., & Noomen, I. (2010). Zoeken naar zuiverheid: Religieuze purificatie onder jonge new agers, evangelicals en moslims. *Sociologie*, 6(2), 11-29.

Roex, I., Van Stiphout, S., & Tillie, J. (2010). *Salafisme in Nederland aard, omvang en dreiging*. WODC, Universiteit van Amsterdam, Amsterdam: Instituut voor Migratie- en Etnische Studies.

Rohani, C., Khanjari, S., Abedi, H.A., Oskouie, F. & Langius-Eklöf, A. (2010). Health index, sense of coherence scale, brief religious coping scale and spiritual perspective scale: Psychometric properties. *Journal of advanced nursing*, 66(12), 2796-2806.

Roukema-Koning B. (2005). *Als mannen en vrouwen bidden. Een empirisch-psychologische studie*. Zoetermeer: Boekencentrum. (Academisch proefschrift).

Roy, O. (2005). *De globalisering van de islam*. Amsterdam: Van Gennep.

Saharso, S. (1992). *Jan en alleman. Ethische jeugd over ethische identiteit, discriminatie en vriendschap*. Utrecht: Jan van Arkel.

Saint-Blancat, C. (2004). La transmission de l'islam auprès des nouvelles générations de la diaspora. *Social Compass*, 51 (2), 235-247.

Schaap-Jonker, H., Eurelings-Bontekoe, L. & Luyten, P. (2012). Godsbeeld, geloofsbeleving en religieuze orthodoxie: empirisch onderzoek in Nederland. In: Verhagen, P.J. & Van Megen H.J.G.M., (Eds.). *Handboek Psychiatrie, religie en spiritualiteit*, Utrecht: De Tijdstroom: 353-365.

Schmidt, G. (2004). Islamic identity formation among young Muslims: The case of Denmark, Sweden and the United States. *Journal of Muslim Minority Affairs*, 24(1), 31-45.

Scholten, P. (2011). *Framing Immigrant Integration. Dutch Research-Policy Dialogues in Comparative Perspective*. Amsterdam. Amsterdam University Press.

- Schwedler, J. (2001). Islamic identity: myth, menace, or mobilizer?. *SAIS Review*, 21(2), 1-17.
- SCP (2003). *Rapportage Minderheden*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- SCP (2005). *Jaarrapport integratie 2005*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- SCP (2007). *Jaarrapport integratie 2007*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- SCP (2008). *Dubbele nationaliteit en integratie*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- SCP (2009a). *Jaarrapport integratie 2009*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- SCP (2009b). *Sociale staat van Nederland*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Seddon, D. (1981). *Moroccan Peasants. A Century of Change in the Eastern Rif 1870-1970*. Folkestone: Dawson.
- Sengers, E. (2006). *Aantrekkelijke kerk: nieuwe bewegingen in kerkelijk Nederland op de religieuze markt*. Eburon Uitgeverij BV, Delft.
- Shadid, W.A.R. & Van Koningsveld, P.S. (1983). *Minderheden, hulpverlening en gezondheidszorg*. Achtergrondinformatie ten behoeve van de zorg voor Moslimse migranten. Assen, van Gorcum.
- Shadid, W.A.R. & Van Koningsveld, P.S. (1990). *Moslims in Nederland. Minderheden en religie in een multiculturele samenleving*. Alphen aan den Rijn: Samson Stafleu.
- Shakir, M.H. (2005). *Concordance of the Qur'an. Extracted from the M.H. Shakir translation of the Qur'an*. New York: Tahrike Tarsile Qur'an, Inc.
- Simeon, D., Yehuda, R., Cunill, R., Knutelska, M., Putman, F. & Smith, L. (2007). Factors associated with resilience in healthy adults. *Psychoneuroendocrinology*. 32: 1149-1152.
- Smit, A.X. (2011). *"Mijn vader had een Afro!" Hoe Marokkaanse migranten in Nederland zich kleden sinds de jaren zestig*. Amsterdam: Aksant.
- Snouck Hurgronje (1889/2007). *Mekka in de tweede helft van de negentiende eeuw. Schetsen uit het dagelijks leven*. Vertaald en ingeleid door Jan Just Witkam. Amsterdam, Atlas.
- Snyder, C.R. (Eds.) (1999). *Coping. The Psychology of What Works*. Oxford: Oxford University Press.
- Spilka, B., Hood, R.W. Jr., Hunsberger, B. & Gorsuch, R. (2003). *The psychology of religion an empirical approach*. New York: The Guilford Press.
- Spilka, B. (2005). Religious Practice, Ritual, and Prayer. In: Paloutzian, R.F. and C.L. Park. *Handbook of the psychology of religion and spirituality*. New York: The Guilford Press, p. 365-378.
- Spilka, B. & Ladd, K.L. (2013). *The Psychology of Prayer. A scientific approach*. New York: The Guilford Press,
- Spinoza, B. (1677/2002). *Ethica*. Vertaald en ingeleid door Henri Krop. Amsterdam: Uitgeverij Prometheus/Bert Bakker.
- Sproston, K. & Bhui, K. (2002). Coping mechanisms. In: O'Connor & Nazroo, J. (Ed). (2002). *Ethnic Differences in the Context and Experience of Psychiatric Illness: A Qualitative Study*. Norwich.
- Sterckx, L., Dagevos, J., Huijnk, W., & Van Lisdonk, J. (2014). *Huwelijksmigratie in Nederland*. Den Haag: Sociaal Cultureel Planbureau.

- Sterman, D. (1996). *Een olijfbom op de ijsberg: Een transcultureel-psychiatrische visie op en behandeling van problemen van jonge Noord-Afrikanen en hun families*. Utrecht: Nederlands Centrum voor buitenlanders.
- Stevens, G.W., Pels, T.V., Vollebergh, W.A., & Crijnen, A.A. (2004). Patterns of psychological acculturation in adult and adolescent Moroccan immigrants living in the Netherlands. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 35(6), 689-704.
- Tarakeshwar, N., Pargament K.I., & Mahoney, A. (2003). Initial development of a measure of religious coping among Hindus. *Journal of Community Psychology*, 31, 607-628.
- Theunis S. (1979). *Ze zien liever mijn handen dan mijn gezicht*. Baarn: Het Wereldvenster.
- Tillie, J. (2008). *Gedeeld land. Het multiculturele ongemak van Nederland*. Amsterdam: Meulenhoff.
- Tremlin, T. (2006). *Minds and Gods. The Cognitive Foundations of Religion*. Oxford: University Press.
- Turner, R. P., Lukoff, D., Barnhouse, R.T., & Lu, F.G. (1995). A Culturally Sensitive Diagnostic Category in the DSM-IV. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 183(7), 435-444.
- Valliant, G.E. (1977). *Adaptation to life*. Harvard University Press.
- Van Amersfoort, J.M.M. (1986). Nederland als immigratieland. In: L. van den Berg-Eldering (Eds.): *Van gastarbeider tot immigrant. Marokkanen en Turken in Nederland 1965-1985*. Alphen aan den Rijn: Samsom.
- Van Baal, J. (1971). *Symbols for communication. An Introduction to the Anthropological Study of Religion*. Assen: Van Gorkum
- Van Bommel, A.; Rutten, S., Kruiniger, P., Ahmad Ali, H., Ahmad Ali, B. & Ramsaram, R. (Eds.) (2005). *Islam en de Rechten van vrouwen. Deel 1. Handboek voor de empowerment van moslimvrouwen*. Utrecht: Forum.
- Van den Berg-Eldering, L. (1978). *Marokkaanse gezinnen in Nederland*. Alphen aan den Rijn: Samsom.
- Van Dijk, R. (Eds.) (1989). *Marokkaanse migranten en de geestelijke gezondheidszorg. Verslag van de Studiedagen Marokkaanse Psychiatrie 16 tot en met januari 1989*. Utrecht: Nederlands Centrum Buitenlanders.
- Van Gelder, P. & Lamur, H. (1993). *Tussen schaamte en mannelijkheid, seksuele relaties en beschermgedrag onder Marokkaanse mannen*. Amsterdam: Het Spinhuis.
- Van Gemert, F.H.M. (1998). *Ieder voor zich; kansen, cultuur en criminaliteit van Marokkaanse jongens*. Amsterdam: Spinhuis.
- Van Gemert, F. (2006). Abdel en Mohammed B; marginaliseren en radicaliseren van Marokkaanse jongemannen. In: Buitelaar, M. (Eds.), *Islam en het dagelijks leven. Religie en cultuur onder Marokkanen* (pp. 120 – 133). Amsterdam: Atlas.
- Van der Hoek, J. & Kret, M. (1992). *Marokkaanse tienermeisjes gezinsinvloeden op keuze en kansen*. Utrecht: Jan van Arkel.
- Van der Lans, J.M. (2006). Zingeving en zingevingfuncties van religie bij stress. In: Lans, J.M. Van der (Eds.), *Religie ervaren. Godsdienstpsychologische opstellen* (pp. 72-127). Tilburg: KSGV.
- Van der Meer, P. (1984). *Omgaan met Marokkanen. Regels/ Omgangsvormen/ het Psychosociale gesprek*. Deventer: Van Loghum Slaterus.

- Van Nieuwkerk, K. (2005). Credits for the hereafter. Changing ways to collect religious merit, *ajr*, among Moroccan immigrant women in the Netherlands. In: Sengers, E. (Eds.). *The Dutch and their gods: secularization and transformation of religion in the Netherlands since 1950*. (pp. 125–141). Hilversum: Uitgeverij Verloren BV.
- Van Nieuwkerk, K. (2007). Werken aan vroomheid. Religieuze lessen voor Marokkaanse vrouwen in Rotterdam. In: Buitelaar, M. (Ed.) (2007). *Uit en thuis in Marokko: antropologische schetsen*. (pp. 146-173). Amsterdam: Bulaaq.
- Van der Valk, L.N.H. & Blaaubeen, H. (1994). *Marokkaanse Jongens: de Kunst van het Overleven. Methodiek en Communicatie*. Utrecht: Jan van Arkel.
- Van der Valk, L.N.H. (2007). *Empowerment Programs for Muslim Girls*. Bijdrage aan Social Work Congress Parma.
- Van der Valk, L., Driessen, E. & Boering, T. (2009). *Jonge moslims over de kracht van hun geloof*. *Journal of Social Intervention: Theory and Practice*. Volume 18 (4), 121-129.
- Van der Valk, L.N.H. (2012). Moslims over de kracht en last van dagelijkse rituelen. In: Uden, R. Van & J. Pieper, J. (Eds.). *Ritualiteit tussen heil en heling*. (pp. 103-123). Tilburg: KSGV.
- Van Praag, C. (2006). *Marokkanen in Nederland: een profiel*. Den Haag: Nederlands Interdisciplinair Demografisch Instituut.
- Van Tubergen, F. (2007). Religious affiliation and participation among immigrants in a secular society: A study of immigrants in the Netherlands. *Journal of Ethnic and Migration Studies*, 33(5), 747-765.
- Van Uden, M.H.F. & Pieper J.Z.T. (1994). Lourdes: een plaats van religieuze transformatie? In: Pieper, J.Z.T. & M.H.F. van Uden, Ed. (1994). *Bedevaart en pelgrimage. Tussen traditie en moderniteit*. Baarn: Gooi en Sticht.
- Van Uden, M.H.F., Pieper, J. Z.T. & Alma, H.A. (2004). Bridge over troubled water. Further results regarding the receptive coping scales. *Journal of Empirical Theology*, 17(1), 101-114.
- Van Uden, M.H.F., Pieper, J.Z.T., Van Eersel, J., Smeets, W. & Van Laarhoven, H. (2009). Religieuze en niet-religieuze coping bij kankerpatiënten. In: C. Van Halen, M. Prins, R. Van Uden: *Religie doen, religieuze praktijken in tijden van individualisering*, (pp. 97-121). Tilburg: KSGV.
- Van Uden M.H.F., Pieper, J.Z.T. & Zondag, H. (2014). *Knockin' on Heaven's Door. Religious and Receptive Coping in Mental Health*. Aachen, Shaker Verlag.
- Veenman, J. & Roelandt, Th. (Eds.) (1994). *Onzekeer Bestaan. De maatschappelijke positie van Turken, Marokkanen, Surinamers en Antillianen in Nederland*. Meppel: Boom.
- Veenman, J. (1994). De maatschappelijke positie van allochtonen in Nederland. In: Veenman & Roelandt (red). *Onzekeer bestaan. De maatschappelijke positie van Turken, Marokkanen, Surinamers en Antillianen in Nederland*, (pp. 52 – 78). Amsterdam: Boom/ ISEO.
- Veling, W.A., Selten, J.P., Veen, N.D., Laan, W., Blom, J.D. & Hoek, H.W. (2006.) Incidence of schizophrenia among ethnic minorities in the Netherlands. A four-year first-contact study. *Schizophrenia Research*. 86, 189-194.
- Veling, W., Susser, E., Van Os, J., Mackenbach, J.P., Selten, J.P., & Hoek, H.W. (2008). Ethnic density of neighborhoods and incidence of psychotic disorders among immigrants. *American Journal of Psychiatry*, 165(1), 66-73.

- Verhagen, P.J. & Van Megen H.J.G.M. (Eds.) (2012). *Handboek Psychiatrie, religie en spiritualiteit*, Utrecht: de Tijdstroom.
- Verkuyten, M. (2003). Sociaal Psychologische gevolgen van stigmatisering. In: S. Harchaoui & C. Huinder (eds.) *Stigma: Marokkaan!* (pp. 81-92). Utrecht Forum, Instituut voor Multiculturele ontwikkeling.
- Waardenburg, J.D.J. (1983). *Religieuze voorzieningen voor etnische minderheden in Nederland. Rapport tevens beleidsadvies van de niet-ambtelijke werkgroep ad hoc*. (Ministerie van Welzijn, Volksgezondheid en Cultuur), Rijswijk.
- Waardenburg, J.D.J. (1985). De islam als godsdienst. In: Waardenburg, J.D.J., Brugman, J. Jansen, J.J.G., Jansen, W. *Islam in Paradiso. Vier opstellen*. Weesp. Het Wereldvenster, Nabije Oostenreeks.
- Waardenburg, J. (1986). Iets over onderzoek betreffende de Islam bij etnische minderheden. In: *Migrantenstudies*, 1, 39-48.
- Wermölder, H. (1986). *Van vriendenkring tot randgroep. Marokkaanse jongeren in een oude stadswijk*. Amsterdam, Het wereldvenster.
- Wermölder, H. (2005). *Marokkaanse lieverdjes; crimineel en hinderlijk gedrag onder Marokkaanse jongens*. Amsterdam: Balans.
- Winchester, D. (2008). Embodying the Faith: Religious Practice and the Making of a Muslim Moral Habitus. *Social Forces*, 86 (4), 1753-1780.
- Wong-McDonald, A., & Gorsuch, R.L. (2004). A multivariate theory of God concept, religious motivation, locus of control, coping, and spiritual well-being. *Journal of psychology and theology*, 32(4), 318-334.
- Wulff, D.M. (1997). *Psychology of Religion. Classic & contemporary*. Second Edition. New York: John Wiley & Sons.
- Yerden, I. (2008) *Families onder druk. Huiselijk geweld in Marokkaanse en Turkse gezinnen*. Amsterdam: Van Gennep.
- Yerden, I. (2010). *Schaamte en strategisch handelen. Opvoeding in Marokkaanse en Turkse gezinnen*. Amsterdam: Van Gennep.
- Yucel, S. (2007). *The Effects of Prayer on Muslim Patients' Well-being*. Boston: Boston University, School of Theology. Dissertation.
- Zell, A.L. & Baumeister, R.F. (2015). How Religion Can Support Self-Control and Moral Behavior. In: Paloutzian, R.F. & Park, C.L. (Eds.). *Handbook of the psychology of religion and spirituality, Second Edition* (pp. 498-517). New York: The Guilford Press.
- Zaleski, P. & Zaleski, C. (2005). *Prayer: a History*. New York: Houghton Mifflin Company.
- Zinnbauer, B.J. & Pargament, K.I. (2005). Religiousness and Spirituality. In: Paloutzian, R.F. & Park, C.L. (Eds.). *Handbook of the psychology of religion and spirituality*, (pp. 21-42). New York: The Guilford Press.
- Zock, H. (1998). Religie, relationaliteit en zinbeleving. Geloof als basis voor religie en zelfwording. In: Uden, Van & J. Pieper, J. (Eds.), *Wat baat religie? Godsdienstpsychologen en godsdienstsociologen over het nut van religie*. Nijmegen: KSGV.

Begrippenlijst⁴⁷

Adhan	gebedsoproep/ tot het <i>salaat</i> gebed
Ajr (Bartelink 1994) ⁴⁸	religieuze verdienste
Al-fatiha	openingsvers in de koran
Aql (Bartelink 1994)	rede, rationaliteit
Alhamdulilah	lof zij aan God
Allahu a'lam	God weet het het beste
Allahu Akbar	God is groot, aanroeping, takbir
Aql	verstand; intelligentie
Astikfirullah	God is verheven
Aya/ Ayat	vers in Koran, is onderdeel van een soera
Ayib	schande
Baraka (Bartelink 1994)	zegenende kracht van God
Bismillah	In naam van God, aanroeping, eerste woord van eerste hoofdstuk van de Koran
Burqa	Kledingstuk dat een vrouw geheel bedekt
Da'wa	missie, verspreiding van het geloof
Dhikr	lofgebeden
Deen	het geloof
Du'a' / doua	(persoonlijk) gebed, smeekbede
Dunya	deze wereld
Fard	verplicht
Fard 'ayn	individuele plicht
Fatwa	gezaghebbend advies van islam geleerden in religieuze kwesties
Fiqh	rechtsleer; rechtsgeleerde
Fitna	beproeving, burgeroorlog, chaos
Gair insh'Allah	goed als Allah het wil
Ghayb	het verborgene
Ghimar	lange hoofddoek tot de heup, knie of enkel, bedekt armen en boezem, niet het gelaat
Hadith	overlevering van de uitspraken en handelingen van de profeet Mohammed
Hajj/ Hadj	bedevaart
Halal	toegestaan

⁴⁷ Zie Roex, Van Stiphout & Tillie 2010: 310-313, met hulp van Prof. C. Versteegh.

⁴⁸ Bartelink, Y. (1994).

Haram	verboden, niet toegestaan
Hasanat	het ontvangen van religieuze punten (ajr) door het verrichten van goede daden
Hijab	Bedekkende kleding
Hsuma, hsjoema	schaamte
Ibana	praktiseren van het geloof; uitoefening van religieuze plichten; aanbidding van God
Ikhlas	oprechtheid, zuivere intentie
Ilm	wetenschap, kennis
Imam	voorganger in het gebed
Iman	innerlijk geloof
Inshallah	Zo God het wil
Isa	Jezus
Istiqama	het streven naar het rechte pad, het streven naar het juiste gedrag, hier standvastigheid in het geloof
Janna	paradijs
Jihad	letterlijk: inspanning, streven naar persoonlijke goedheid, ook verdediging van de islam, hier meestal gebruikt als heilige oorlog
Jnun/ djinn	geesten Hijab
Kafir	ongelovige
Koran	verzameling openbaringen aan de profeet Mohammed
Kufr	ongeloof, letterlijk: ondankbaarheid tegenover god
Makruh	afkeurenswaardig
Manjah	weg, methode
Mujahidin	strijders voor het geloof
Nifaq	huichelarij, hypocrisie
Niqab	gezichtssluier
Niyyah	intentie
Rabb	Heer, God
Radiya Allahu anhu	moge god hem genadig zijn (lofprijzing voor de eerste kaliefen)
Sabr	geduld (Bartelink 1994: ook volharding, zelfbeheersing)
Sadaqa	(vrijwillige) aalmoes

Sahaba	volgelingen van Mohammed
Salaf	vroegere generatie, voorloper, voorouder
Salaat, salat	voorgeschreven rituele gebed, de tweede zuil van de islam
Salla Allahu alayi wa-sallam	moge God hem gedenken en behouden, lofprijzing voor de profeet Mohammed
Sawm	vasten
Shahada	geloofsbelijdenis, getuigenis over het geloof: er is geen God behalve Allah en Mohammed is zijn profeet.
Shaitan	duivel
Shari'a	islamitische wetgeving
Shirk	afgoderij, polytheïsme
Shur	magie
Sjeik	geleerde
Subhana wa-ta'ala	Hij is verheven (lofprijzing voor God)
Sunna'/soenna	Dit wil zeggen de "geleefde uitleg van de koran" (Van Bommel et al.: 22) /gewoontes en praktijk van de profeet Mohammed vastgelegd in de hadith, wordt gezien als ideaal en nastrevenswaardig
Sura/ soera; soerat	gedeelte van de koran
Tabarikallah	ik vraag vergeving aan God (islamitische uitspraak)
Takfir	het tot ongelovigen bestempelen van anderen
Taqlid	autoriteitsgeloof, traditie
Taqwa	Godvrezendheid, godsvrucht
Tarbiya	opvoeding
Tasfiya	zuivering
Tawid al-asma'wa-l-sifat	het belijden van de eenheid van God als de enige die bepaalde namen en eigenschappen heeft; getuigenis dat god op geen enkele manier op de schepselen lijkt
Tawid al-hakimiyya	het belijden dat God de enige almachtige is
Tawid al-rububiyya	het belijden an God als enige Heer der schepping
Tilawa	Recitatie van koranverzen
Ulama'	geleerden;

Umm	moeder, gebruikt als voorvoegsel van een kunya
Umma	geloofsgemeenschap
Urf	gewoonte, gemeengoed, algemene kennis in de gemeenschap
Wali	voogd
Wudu', woedoe	rituele wassing voor het gebed
Zakat	(verplichte) aalmoezen
Zina	ontucht, overspel

Curriculum Vitae

Leonie van der Valk werd op 14 maart 1954 geboren te Dordrecht. Zij is als onderzoeker en docent werkzaam bij de Hogeschool van Amsterdam bij de onderzoeksafdeling de Karthuizer van het domein Maatschappij en Recht.

Tijdens haar studie culturele antropologie te Utrecht en Nijmegen was zij in 1973 parttime werkzaam bij een Stichting voor Buitenlandse werknemers te Dordrecht en in 1976 bij het vormingswerk voor werkende jongeren te Utrecht waar zij tot 1980 moslimmeisjes alfabetiseerde. Na haar afstuderen als cultureel antropoloog in 1979 te Nijmegen (cum laude) was zij twee jaar werkzaam als onderzoeker bij de UVA. Het betrof een onderzoek naar de arbeidsmarktpositie van Turkse en Marokkaanse jongeren op de arbeidsmarkt. Dit vond plaats onder begeleiding van de migratiedeskundigen prof. dr. Frank Bovenkerk en prof. dr. Hans van Amersfoort. Voor dit onderzoek zijn ongeveer 75 jonge vrouwen van Marokkaanse afkomst thuis geïnterviewd. Na het afronden van dit onderzoek heeft zij anderhalf jaar door Azië gereisd.

In 1985 is zij als docent gaan werken bij de voorgangers van de Hogeschool van Amsterdam, op de afdelingen Sociaal Culturele Vorming, en later bij Sociaal Pedagogische hulpverlening, Maatschappelijk Werk en Dienstverlening en de Voortgezette Opleidingen voor hulpverleners. Zij heeft daar lesprogramma's opgezet over jeugdhulpverlening, vluchtelingenproblematiek, migratie en diversiteit, kwalitatief onderzoek en assessments. Verder was zij intensief betrokken bij (Engels en Franstalig) internationale kennisuitwisseling tussen docenten, beroepskrachten en studenten rondom de thema's diversiteit en migratie. Sinds 2005 verzorgt zij een keuzevak Islam en hulpverlening.

Van 2006 – 2010 gaf zij samen met dr. A. van Heelsum les bij de Master Social Policy and Social Work in Urban Areas over het thema migratie en hulpverlening aan de UVA, voor het keuzeonderdeel: Immigrant and ethnic issues and the practice of social work. Momenteel werkt zij bij de afdeling Maatschappelijk Werk en Dienstverlening van de Hogeschool van Amsterdam. Daar coördineert zij onder andere de minor Diversiteit in de stad en het scriptieonderwijs bij de deeltijdopleiding.

Leonie is getrouwd en heeft twee zoons.

Bijlagen

Bijlage 1: Vragenlijst gebruikt bij het kwantitatieve onderzoek

Algemene vragen.

Kruis het beste antwoord aan op de vragenlijst.

1. Wat is je leeftijd? Ik ben jaar oud
2. Ben je getrouwd?
 1. Ja
 2. Nee, ik ben ongehuwd
 3. Nee, ik ben gescheiden
 4. Nee, ik woon samen
3. Heb je kinderen?
 3. Ja
 4. Nee
4. Welke Marokkaanse talen spreek jij?
 1. Alleen Berbers, n.l.:
 2. Alleen Marokkaans Arabisch
 3. Zowel Berbers als Marokkaans Arabisch
 4. geen van deze talen
5. Welk opleidingen heb je gevolgd?
6. Welke opleiding volg je op dit moment?
7. Werk je op dit moment?
 1. ja
 2. nee, ga naar vraag 9.
8. Zo ja waar werk je?
9. Woon je bij je ouders? Wat is je woonplaats?:
1. ja
 2. nee
10. Ben je in Nederland geboren?
 1. Ja, ga naar vraag 13.
 2. Nee
11. Zo nee, in welk land ben je geboren?
12. Op welke leeftijd ben je naar Nederland gekomen?

B Vragen over je geloofsbeleving

13. Bid je de *Salaat*?
 1. Ja altijd
 2. Ja vaak
 3. Ja soms
 4. Nee, nooit
14. Bid je smeekbedes (*doua's*)?
 1. Ja vaak
 2. Ja soms
 3. Nee, nooit
15. Bid je ook tot Allah buiten de *Salaat* en de smeekbedes?
 1. Ja altijd
 2. Ja vaak
 3. Ja soms
 4. Nee, nooit

16. In hoeverre ben je het eens of oneens met de volgende uitspraken? Kruis het antwoord aan dat het beste bij jou past.

	1. Helemaal mee eens/ 2. mee eens/ 3. eens, oneens/ 4. mee oneens 5. helemaal mee oneens				
Ik ervaar de aanwezigheid van Allah in mijn leven	1	2	3	4	5
Mijn geloof is de kern van mijn bestaan	1	2	3	4	5
Ik probeer mijn geloof tot uitdrukking te brengen in het dagelijks leven	1	2	3	4	5
Ik heb een persoonlijke relatie met Allah	1	2	3	4	5
Mijn contact met Allah zorgt ervoor dat ik mij niet eenzaam voel	1	2	3	4	5
Ik geloof dat Allah van mij houdt en om mij geeft	1	2	3	4	5
Bidden tot Allah schenkt mij weinig voldoening	1	2	3	4	5
Ik voel me het meest vervuld als ik in nauw contact met Allah sta	1	2	3	4	5
Mijn God verleent mij weinig persoonlijke kracht en ondersteuning	1	2	3	4	5
Mijn relatie met Allah draagt bij aan mijn gevoel van welbevinden	1	2	3	4	5
Mijn relatie tot Allah is niet bevredigend	1	2	3	4	5
Ik geloof dat Allah niet geïnteresseerd is in mijn dagelijkse bezigheden	1	2	3	4	5
Ik geloof dat Allah zich betrokken voelt bij mijn problemen	1	2	3	4	5
In tijden van tegenslag merk ik dat ik op Allah vertrouw	1	2	3	4	5
De ontwikkeling van mijn persoonlijkheid en mijn geloof beïnvloeden elkaar	1	2	3	4	5
Als persoon kom ik alleen in een relatie tot Allah volledig tot mijn recht	1	2	3	4	5
Ik ben altijd bereid om verantwoording af te leggen tegenover Allah en mijn medemens over mijn leefwijze	1	2	3	4	5
Het geloof heeft invloed op alle gebieden van mijn leven	1	2	3	4	5
Ik heb het idee dat ik mij steeds meer aan Allah toevertrouw	1	2	3	4	5
Vanuit het besef dat Allah de mens lief heeft, streef ik ernaar mijn medemens lief te hebben	1	2	3	4	5
De zin en betekenis van mijn leven ligt voor mij in mijn relatie tot Allah	1	2	3	4	5
De aanwezigheid van Allah in mijn leven motiveert mij om voor het goede te kiezen, ook als het moeilijk is	1	2	3	4	5
Mijn persoonlijke vrijheid wordt begrensd door verantwoordelijkheid voor Allah's schepping	1	2	3	4	5
Ik geloof oprecht, niet omdat het moet of vanuit angst	1	2	3	4	5
Het weet hebben van Allah liefde is het fundament van mijn leven	1	2	3	4	5
Bidden en doen van gerechtigheid (goede daden) horen voor mij onlosmakelijk bij elkaar	1	2	3	4	5
Het geloof ondersteunt mijn besef van eigenwaarde en identiteit	1	2	3	4	5

Ik span mij in om mijn dagelijkse leven in overeenstemming te brengen met het geloof	1	2	3	4	5
Allah betrek ik bij alle omstandigheden van mijn dagelijks leven	1	2	3	4	5
Mijn geloof ontwikkelt zich doordat ik nieuwe inzichten krijg	1	2	3	4	5

C Geloof en manieren van probleemoplossing

17. Mensen gaan op diverse wijzen om met problemen. Kan je aangeven hoe vaak je met problemen omgaat op de wijzen zoals die in de volgende stellingen beschreven worden? Kruis het antwoord aan dat het beste bij jou past.

Als ik problemen heb...	Bijna nooit / soms / vaak / bijna altijd			
...streef ik naar een sterkere band met Allah	1	2	3	4
...vraag ik me af of Allah nog wel van mij houdt	1	2	3	4
... zoek ik Allah's liefde en zorg	1	2	3	4
... zoek ik hulp bij Allah om mij niet te laten leiden door boosheid	1	2	3	4
... vraag ik mij af of mijn geloofsgenoten mij in de steek hebben gelaten	1	2	3	4
.... voel ik mij gestraft door Allah voor mijn gebrek aan toewijding	1	2	3	4
.... Vraag ik om vergeving voor mijn zonden	1	2	3	4
... concentreer ik me op mijn geloof, zodat ik kan stoppen met piekeren	1	2	3	4
...vraag ik me af of Allah mij misschien verlaten heeft	1	2	3	4
... Probeer ik te zien hoe Allah mij er sterker door probeert te maken	1	2	3	4
...vraag ik mij af wat ik heb gedaan dat Allah mij straft	1	2	3	4
...stel ik vragen bij de macht van Allah	1	2	3	4
... probeer ik met behulp van Allah het probleem aan te pakken	1	2	3	4
...concludeer ik dat ik dit door toedoen van de duivel is gebeurd	1	2	3	4

18. In hoeverre passen de volgende uitspraken over bidden bij jou? Kruis het antwoord aan dat het beste bij jou past.

	Nooit zelden af en toe vaak altijd				
Ik bid op vaste momenten	1	2	3	4	5
Tijdens het gebed heb ik het gevoel dat ik contact heb met Allah	1	2	3	4	5
Ik bid om innerlijke rust	1	2	3	4	5
Tijdens het bidden vraag ik om vergeving	1	2	3	4	5
Ik bid om steun en/of kracht	1	2	3	4	5
Als ik geconfronteerd word met ziekte of dood, ga ik bidden	1	2	3	4	5
Bidden doe ik overal waar het uitkomt	1	2	3	4	5
Tijdens mijn gebed vraag ik dingen aan Allah	1	2	3	4	5

Ik bid eigenlijk om een gewenst resultaat te bereiken	1	2	3	4	5
Tijdens mijn gebed overdenk ik allerlei gebeurtenissen	1	2	3	4	5
Als ik bid doe ik dat in de moskee	1	2	3	4	5
Tijdens het bidden keer ik mij in mijzelf	1	2	3	4	5
Moeilijke momenten zijn voor mij aanleiding om te bidden	1	2	3	4	5
Als ik bid, vraag ik iets voor anderen	1	2	3	4	5
Als ik in de natuur ben, ga ik spontaan bidden	1	2	3	4	5
Tijdens het bidden kan ik mijn hart luchten	1	2	3	4	5
Als ik bid praat ik eigenlijk met een hogere macht	1	2	3	4	5
Ik bid als ik mij verdrietig voel	1	2	3	4	5
Als ik bid doe ik dat om Allah te bedanken	1	2	3	4	5
Ik bid 's avonds in bed	1	2	3	4	5
Als ik bid heb ik het gevoel dat ik kracht en steun krijg	1	2	3	4	5
Ik bid als ik iets nodig heb	1	2	3	4	5
Als ik bid probeer ik mijn gedachten op een rijtje te zetten	1	2	3	4	5

19. Mensen gaan op diverse wijzen om met problemen. Kan je aangeven hoe vaak je met problemen omgaat op de wijzen zoals die in de volgende stellingen beschreven worden? Kruis het antwoord aan dat het beste bij jou past.

	Nooit	zelden	af en toe	vaak	
	1	2	3	4	altijd
Wanneer ik moeilijkheden heb, bepaal ik zelf wat de betekenis en bedoeling er van is, zonder hulp van Allah.	1	2	3	4	5
Bij het oplossen van mijn problemen overkomt het me dat dingen vanzelf op hun plaats vallen.	1	2	3	4	5
Ik los mijn problemen op zonder hulp van Allah.	1	2	3	4	5
Als ik problemen heb, geloof ik er in dat mij een oplossing aangereikt zal worden.	1	2	3	4	5
Als ik nadenk over een probleem, probeer ik mogelijke oplossingen te vinden zonder Allah's hulp.	1	2	3	4	5
Als ik mij afvraag hoe een probleem op te lossen, vertrouw ik er op dat mij na verloop van tijd een oplossing gegeven wordt.	1	2	3	4	5
Als besloten moet worden hoe een probleem op te lossen, maakt mijn geloof het mogelijk dat ik met hulp van Allah daaraan werk.	1	2	3	4	5
Wanneer ik problemen heb, vertrouw ik er op dat de betekenis en bedoeling er van me uiteindelijk geopenbaard zullen worden.	1	2	3	4	5
Wanneer een situatie mij bezorgd maakt, wacht ik tot Allah die gevoelens van me wegneemt.	1	2	3	4	5
Als ik met een probleem geconfronteerd wordt, dan probeer ik zelf met mijn gevoelens in het reine te komen, zonder Allah's hulp.	1	2	3	4	5

Als ik een probleem heb, praat ik er in gebed met Allah over om met Zijn hulp te bepalen wat de betekenis en bedoeling er van is.	1	2	3	4	5
Als ik door een moeilijke periode heen ben gegaan, probeer ik er zelf een plaats aan te geven in mijn leven. Ik ga er niet van uit dat Allah daar wel voor zal zorgen.	1	2	3	4	5
In plaats van zelf naar de goede oplossing voor een probleem te zoeken, wacht ik liever Allah's leiding af.	1	2	3	4	5
Bij het uitvoeren van mijn plannen kan ik daar met hulp van Allah aan werken.	1	2	3	4	5
In moeilijke situaties geloof ik er in dat zich uiteindelijk een uitweg aandient.	1	2	3	4	5
Als zich een moeilijke situatie voordoet, leg ik deze in mijn gebed voor aan Allah om met Zijn hulp na te denken over mogelijke oplossingen.	1	2	3	4	5
Als zich een moeilijke situatie voordoet, laat ik het aan Allah over om te bepalen wat de bedoeling er van is voor mij.	1	2	3	4	5
Als ik besluit hoe een probleem op te lossen, maak ik een keuze zonder daar Allah bij te betrekken.	1	2	3	4	5
Wanneer ik mij zorgen maak over een situatie, ontleen ik rust aan eerdere ervaringen, waar mij een uitweg werd aangereikt.	1	2	3	4	5
Bij het oplossen van mijn problemen wacht ik Allah's leiding af in de wetenschap dat Hij op één of andere manier voor een oplossing zal zorgen.	1	2	3	4	5
Na een moeilijke periode wordt de diepere zin van mijn problemen me onthuld.	1	2	3	4	5
Ik denk niet na over de mogelijke oplossingen voor mijn problemen, omdat Allah ze mij wel verschaft.	1	2	3	4	5

Als zich een moeilijke kwestie voordoet, stel ik mij open voor oplossingen die zich aandienen.	1	2	3	4	5
Ik denk niet veel na over de problemen die ik gehad heb; Allah geeft er voor mij een plaats aan in mijn leven.	1	2	3	4	5
Wanneer ik mij gespannen of bezorgd voel over een probleem, zoek ik in gebed met hulp van Allah naar een manier om mijn zorgen te verminderen.	1	2	3	4	5
Na een probleem te hebben opgelost, probeer ik er met hulp van Allah een plaats aan te geven in mijn leven.	1	2	3	4	5

20. Bedankt voor je medewerking!

Wij zouden je ook willen vragen of je bij een vervolg van dit onderzoek mee zou willen werken. Zou je een gesprek met ons over het thema bidden willen voeren?

1. Ja
2. Nee

Zo ja, wat is dan:

Je e-mailadres?.....

Je telefoonnummer?.....

In welke plaats woon je?.....

Als je nog opmerkingen hebt over deze vragenlijst kan je dit hieronder vermelden.

Bijlage 2: Vragenschema voor diepte-interviews

Persoonskenmerken

Leeftijd, geslacht, burgerlijke staat, opleiding, woonplaats, gezinssamenstelling; beroepservaring van de respondent.

Migratiegeschiedenis of achtergrond ouders/grootouders

Wat is je migratiegeschiedenis ouders (bijvoorbeeld welk gebied in het herkomstland? Talen die men spreekt in het gezin en die de respondent beheerst.

Doelen, motivatie, zelfbeeld, belangrijke anderen

- Wat zijn voor jou belangrijke doelen in je leven?
- Wat motiveert jou het meeste in je dagelijks leven?
- Wat zou je graag willen bereiken?
- Wat zijn voor jou belangrijke religieuze doelen?

Zelfbeeld actief of passief

- Wat vind je kenmerkend voor jezelf? (Welke eigenschappen?)
- Ben jij iemand die zelf bepaalt wat je doet of hou je liever rekening met anderen?
- Waar ben je goed in volgens jezelf en volgens anderen?
- Op wie vind je dat je het meeste lijkt, op je vader of op je moeder?
- Wie heeft belangrijke invloed op jou gehad?

Socialisatie invloeden en religieuze en niet-religieuze coping

- Wie steunen jou als je problemen hebt?
- Wie vraag je vaak om raad?
- Wat heb je over probleemoplossing geleerd van je vader?
- Wat heb je geleerd van je moeder?
- Op wie lijkt jij het meeste in de wijze waarop je met problemen omgaat, op je vader of je moeder?
- Wat heb je van anderen geleerd?
- Wie helpen jou om door te zetten?

Godbeeld actief - passief

- Hoe zou jij God omschrijven (aan welke eigenschappen denk je bijvoorbeeld)?
- Hoe denk jij over het lot en de wil van God?
- Hoe denk jij over je eigen verantwoordelijkheid en die van God?

Positieve of negatieve vormen van religieuze coping

- Wat betekent het contact met God voor jou?
- Welke invloed heeft God op jouw leven?
- Geloof jij in het leven na de dood? Welke invloed heeft dit op jouw leven?
- Wat betekenen zonden voor jou?

- Welke betekenis hebben de duivel en de geesten voor jou?
- Hoe ervaar jij “slechte” dingen die je overkomen?
- Hoe ervaar jij de macht van God/ of jouw spirituele kracht?

Betekenis van bidden in het dagelijkse leven

- Wat versta jij precies onder het woord “bidden”?
- Wat betekent bidden voor jou?
- Welke vormen van bidden gebruik jij?
- Wanneer en waar bid je?
- Welke effecten heeft bidden op jou?
- In hoeverre vind jij het belangrijk om op vaste tijden te bidden?
- Kan je precies beschrijven op welke wijze jij meestal bidt?
- Hoe geef jij precies vorm aan de vaste en vrije vormen van bidden, zoals gebedsrituelen, recitaties, smeekbeden, een persoonlijk gesprek met God?
- Wanneer voel je de behoefte om te bidden en voor welk gebed kies je dan?
- Wat hoop je te bereiken door te bidden?
- Voor wie bid jij meestal en wat vraag je dan?
- Wat gebeurt er precies in je hoofd als je bidt?
- Welke gedachten komen vaak in je op voor, tijdens of na het bidden?
- Welke gevoelens komen vaak in je op voor, tijdens en na het bidden?
- Hoe ervaar jij God tijdens het bidden?
- Wat kenmerkt de wijze waarop jij contact hebt met God tijdens het bidden?
- Welke veranderingen brengt het bidden in jouw leven teweeg?
- Kan je een belangrijke ervaring rondom het bidden vertellen?
- Praat je weleens zo in je hoofd tegen God?
- In welke talen spreek je met God?
- Wat betekent het bidden in speciale religieuze periodes voor jou? (Bijvoorbeeld tijdens de Ramadan)
- Kan bidden jou helpen bij probleemoplossing? Zo ja hoe dan, zo nee waarom niet?

Bidden en coping

Heb je weleens een verdrietige of pijnlijke periode in je leven gehad? Of heb je onlangs een moeilijk probleem moeten oplossen, of was er sprake van een nare gebeurtenis?

Indien de respondent zelf geen voorbeelden noemt, kan je de volgende situaties voorleggen:

- Conflicten met familieleden zoals: partnerkeuze, ruzie in de familie
- Problemen met het overlijden van dierbaren, ziekte of teleurstelling
- Problemen op school of op het werk of bij de beroepsuitoefening
- Problemen met discriminatie van moslims in de maatschappij

Wat was er precies gebeurd?

Hoe ben je daar mee omgegaan?
Wat dacht en voelde je toen?
Wie of wat hebben je toen geholpen?
Welke steun en of raad heb je daarbij gekregen van jouw vader?
Welke steun en raad kreeg je van jouw moeder?
Welke andere personen hebben je bijgestaan?
Welke steun en raad kreeg je van hen?
In hoeverre heb je God om steun of advies gevraagd?
Op welke manier heb je dit probleem opgelost?
Hoe heb je de bijkomende emoties gehanteerd?
Welke rol speelde bidden en het contact met God daarbij?
Kan je hier iets meer over vertellen?
Welke invloed had Godvolgens jou op dit gebeuren?
Wat was volgens jou de rol van de duivel?
Hoe denk je over het lot en je lotsbestemming?
Hoe kijk je terug op deze situatie?
Welke betekenis geef je er nu aan?
Was dit probleem of deze nare situatie het werk van de duivel of was het Gods plan?
Wat heb je van deze situatie geleerd?
Ben je hierdoor anders gaan bidden?

Afronding van het interview

Terugblik en samenvatting
Heb je nog iets toe te voegen?

Bijlage 3:

Gegevens per geïnterviewde respondente alfabetisch geordend

Naam	Assia, respondente 147
Persoonsgegevens	19 jaar. Ongehuwd. Woont bij ouders in een dorp, heeft 3 broers. Ze is het middelste kind. Zuidberberse plattelandsachtergrond. Beide ouders eerste generatie. Zelf = assertief
Opleiding, beroep	Atheneum/ volgt universitaire opleiding. Werkt als kamermeisje in een hotel.
Levensdoelen	Vooraf op wereldse doelen gericht, maar streeft ook naar goed moslim worden Studeren, jezelf ontwikkelen
Religiositeit	Kritische instelling naar visies van geloofsgenoten. Test dingen uit of God echt helpt. Dogma's kloppen de bronnen?
Bidden	Bidden = Heeft moeite met bidden van de <i>salaat</i> .
Stressoren	Toetsen opleiding, verboden ouders, ziekte, overlijden, oom, komt niet tot bidden.
Religieuze copingstrategieën	Strategieën: Gods plan en les, troost bij God, berouw zondes, bidden, raadplegen religieuze bronnen.
Niet-religieuze copingstrategieën	Probleemrelativering, vertrouwen op de toekomst, emoties ventileren, probleemconfrontatie, probleemvermijding, anderen geven steun.

Naam	Chaima, respondente 28
Persoonsgegevens	25 jaar. Gescheiden. Woont bij ouders in een grote stad, heeft 4 broers. Ze is het middelste kind. Riffijnse plattelandsachtergrond. Vader tweede generatie, moeder eerste. Zelf = spontaan, naïef, soms zorgelijk
Opleiding, beroep	Mbo/hbo, werkt als hulpverleenster.
Levensdoelen	Goed moslim-zijn is het belangrijkste: Allah aanbidden, kennis over de islam opdoen, draagt een hoofddoek vanwege haar identiteit als moslima, wil graag op hadj, Ouders zijn op hadj geweest.
Religiositeit	Alleen Allah is je liefde waard, liefde voor God is beter dan aardse liefde, beproeving, positieve instelling als moslim
Bidden	Op tijd bidden <i>salaat</i> , <i>dhikr</i> gebeden uit dankbaarheid naar God
Stressoren	scheidinggruzie vriend, problemen met afkeuring positie gescheiden vrouw, negatieve beeldvorming islam.
Religieuze copingstrategieën	Vertrouwt alleen op Allah. Strategieën: Gods plan en les Mens maakt fouten, toeschrijven aan de duivel, troost bij God, berouw zondes, bidden, ook <i>dhikr</i> , koranrecitaties, religieuze bronnen, steun geloofsgenoten, vergeven van ex-echtgenoot.

Niet-religieuze copingstrategieën	Positieve gedachten, negatieve gedachten, probleemrelativering, emoties ventileren, protesteren/afzetten, probleemconfrontatie, probleemvermijding, zelf anderen steunen afleiding zoeken.
--	--

Naam	Farida, respondente 3
Persoonsgegevens	21 jaar. Ongehuwd. Woont bij haar ouders in kleine stad, zij heeft 2 broers. Ze is het middelste kind. Riffijnse plattelandsachtergrond. Beide ouders eerste generatie. Zelf = Sociaal, opgewekt, naïef, wil geen ruzie, gevoelig, is stressvoelig.
Opleiding, beroep	Volgt hbo-opleiding hulpverlening.
Levensdoelen	Goed moslim-zijn is het belangrijkste: God tevreden houden, d.w.z.: Hem overal, op tijd aanbidden, door het tevreden van je oude goed gedrag te tonen, te trouwen, een beroep uitoefenen dat binnen de islam past, op hadj, islamitische kleding bidden van de <i>salaat</i> is heel belangrijk.
Religiositeit	Je moet werken voor de beloning in het hiernamaals. Ervaart Allah als de zon waarnaar een blinde zich keert. Gericht op het hiernamaals en goede daden en plichten vervullen en het uitdragen van religieuze kennis.
Bidden	Bidden = doen waar Allah van houdt, behoefte om de <i>salaat</i> op tijd te bidden. Effect= gemoedsrust en rust.
Stressoren	Herhaald zakken voor rijexamen, toetsen opleiding, ruzie vriendin, restrictie bewegingsvrijheid door ouders, ziekte, overlijden opa, gevoeligheid moeder voor gedrag van anderen.
Religieuze copingstrategieën	Aardse problemen minder belangrijk dan het hiernamaals. Voelt zich goed door Allah beschermt doordat zij veel bidt. Strategieën: Gods plan en les: beproeving, troost bij God, berouw zondes Bidden, steun geloofgenoten, vergeven van vriendin.
Niet-religieuze copingstrategieën	Strategieën: probleemrelativering, probleemconfrontatie, probleemvermijding, anderen geven steun (moeder, familie en vriendinnen), zelf anderen steunen.

Naam	Houda, respondente 103
Persoonsgegevens	22 jaar, ongehuwd, woont bij ouders in een dorp, zij heeft 2 broers en 3 zussen. Ze is het middelste kind. Riffijnse plattelands-achtergrond. Moeder tweede generatie, vader eerste. Zelf = krachtig, sociaal, naïef.
Opleiding, beroep	Mbo/ hbo/ volgt universitaire opleiding Rechten. Werkt op advocatenkantoor.
Levensdoelen	Haar hoofddoel is rechter worden. Goed moslim-zijn combineren met beroepsambities. Draagt sinds kort een hoofddoek, wil graag op hadj.

Religiositeit	Goed zijn voor God en je medemens, het komt goed, positieve instelling als moslima.
Bidden	Wil op tijd de <i>salaat</i> bidden, bidden = het zoeken van rust.
Stressoren	Toetsen opleiding, Ruzie vriendin, Ziekte opa. Ervaart discriminatie sinds zij een hoofddoek draagt.
Religieuze copingstrategieën	Strategieën: Gods plan en les, mens maakt fouten, toeschrijven aan de duivel, troost bij God, bidden, steun geloofsgenoten.
Niet-religieuze copingstrategieën	Probleemrelativering, positieve gedachten, negatieve gedachten, vertrouwen toekomst, emoties ventileren, protesteren/afzetten tegen, probleemconfrontatie, probleemvermijding, afleiding zoeken, anderen geven steun, zelf anderen steunen.

Naam	Ikram, respondente 48
Persoonsgegevens	22 jaar. Ongehuwd. Woont bij ouders in een kleine stad. Zij heeft 3 broers en 2 zussen. Ze is het middelste kind. Riffijnse plattelandsachtergrond. Beide ouders eerste generatie.
Opleiding, beroep	Mbo, volgt hbo-opleiding voor juridische dienstverlening en werkt bij een bank.
Levensdoelen	Vooraf op religieuze doelen gericht. Goed moslim-zijn is het belangrijkste. Kennis over de islam opdoen. Wenst moslim als echtgenoot. Droom is weeshuis in derde wereldland. Gaat steeds mee van haar geloof houden.
Religiositeit	God willen dienen. Positieve instelling, vertrouwen op God.
Bidden	Bid veel en wil de <i>salaat</i> op tijd bidden.
Stressoren	Toetsen opleiding, verboden ouders stage buitenland, ziekte, overlijden opa.
Religieuze copingstrategieën	Mens maakt fouten, troost bij God, bidden, religieuze bronnen, steun geloofsgenoten, zelf steunen, religieuze activiteiten ondernemen.
Niet-religieuze copingstrategieën	Emoties ventileren, probleem-confrontatie, probleemvermijding, afleiding zoeken, anderen geven steun: zij vraagt altijd eerst haar moeder om raad, daarna aan God.

Naam	Khadija, respondente 5
Persoonsgegevens	23 jaar. Ongehuwd, is verloofd. Woont bij ouders in een kleine stad. Zij heeft 2 broers en 3 zussen. Ze is het oudste kind. Riffijnse plattelandsachtergrond. Vader is tweede generatie, moeder eerste. Zelf = spontaan, open, ongeduldig, loyaal, niet zo assertief, moeite met nee zeggen: noemt zichzelf een pleaser en malertje.
Opleiding, beroep	Havo/ volgt hbo-opleiding hulpverlening.
Levensdoelen	Wil beter luisteren naar haar eigen gevoel en minder anderen pleasen, Goed moslim-zijn, islam is de rode draad in haar leven in combinatie met huwelijk, studie en beroep, gericht op aanpassen aan de tradities en wensen van haar ouders. In keuze voor een

	opleiding, financieel onafhankelijk zijn van een man. Gaat akkoord met traditionele vorm van partnerkeuze.
Religiositeit	Draagt een hoofddoek eerst omdat ouders dit wilden, later uit eigen keuze Zonder God weet ik niet waarom ik dit allemaal doe. Allah is ver boven mij en toch dichtbij.
Bidden	Bidden = investeren in het hiernamaals en Allah danken. <i>Salaat</i> gebeden inhalen in de avond.
Stressoren	Probleem door herhaalde malen zakken voor haar rijexamen, ouders pleasen en eigen wensen negeren, problemen partnerkeuze, voelt zich slecht als zij afgeleid is bij het bidden van de <i>salaat</i> .
Religieuze copingstrategieën	Problemen zelf oplossen, oplossingen komen van God. Bidden is veilig ritueel om problemen te uiten. Strategieën: Zij bidt tot God dat haar huwelijk mag slagen Gods plan en les: hoopt op Zijn steun, voor alles is een reden, twijfel over God: waarom ik? troost God, bidden, steun geloofsgenoten.
Niet-religieuze copingstrategieën	Probleemrelativering, positieve herinterpretatie, negatieve gedachten, probleemconfrontatie, anderen geven steun (moeder en vriendinnen), probleemrelativering.

Naam	Layla, respondente 58
Persoonsgegevens	25 jaar. Ongehuwd. Woont met zus en broer in een grote stad. Zij heeft 3 broers en 3 zussen. Ze is het oudste kind. Riffijnse plattelandsachtergrond. Vader is tweede generatie, moeder eerste. Zelf = zorgzaam, sociaal, tolerant, assertief.
Opleiding, beroep	Mbo/ volgt hbo-opleiding voor hulpverlener. Werkt in winkel en in de administratie.
Levensdoelen	Goed moslim-zijn combineren met genieten, reizen en zelfstandig-zij zorgen voor dierbaren. Draagt een hoofddoek uit eigen overtuiging. Wil op hadj voor haar overleden moeder.
Religiositeit	Kind zus is cadeau God, acceptatie maar ook zelfbepaling, God beschermt haar en geeft haar nog een taak in dit leven die zij moet vervullen. Geen strenge maar vrijere geloofsopvatting.
Bidden	<i>Salaat</i> gebeden inhalen in de avond. Bidden vanuit liefde en niet meer als plicht naar God.
Stressoren	Ziekte, overlijden moeder en broer bij auto-ongeluk. Ruzie met vader en familie, problemen van dierbaren: broer in de criminaliteit.
Religieuze copingstrategieën	Gods plan en les Troost bij God, bidden, koranrecitatie, religieuze bronnen, steun geloofsgenoten, zelf steunen, vergeven, net als moeder koran reciteren om tot rust te komen.
Niet-religieuze copingstrategieën	Probleemrelativering, positieve herinterpretatie, negatieve gedachten, protesteren/afzetten tegen, probleemconfrontatie, probleemvermijding, anderen geven steun, zelf anderen steunen professionele steun.

Naam	Maryam, respondente 177
Persoonsgegevens	24 jaar. Ongehuwd. Woont bij moeder in een grote stad. Zij heeft 2 broers en 2 zussen. Ze is het middelste kind. Riffijnse achtergrond. Beide ouders eerste generatie. Zelf = sociaal, reflectief, assertief, ambitieus.
Opleiding, beroep	Mbo/hbo, werkt als hulpverleenster.
Levensdoelen	Goed moslim-zijn combineren met beroep: emancipatie Marokkaanse vrouwen. Ambitie zich ontwikkelen politieke ambities. Draagt een hoofddoek vanwege haar identiteit als moslima.
Religiositeit	Vertrouwen op God staat centraal. Het komt goed, God stuurt je mensen, zelfsturend zijn. Positieve instelling. Geen strenge maar vrijere geloofsopvatting.
Bidden	<i>Salaat</i> gebeden inhalen in de avond.
Stressoren	Ruzie vriendin, ziekte, overlijden vader. Problemen van dierbaren.
Religieuze copingstrategieën	Gods plan en les, troost bij God, bidden, religieuze bronnen, steun geloofsgenoten, zelf steunen, zingeving: God stuurt je mensen.
Niet-religieuze copingstrategieën	Positieve gedachten, negatieve gedachten, probleemrelativering, emoties ventileren, protesteren/afzetten, probleemconfrontatie, probleemvermijding afleiding zoeken, anderen geven steun, zelf anderen steunen.

Naam	Najoua, respondente 132
Persoonsgegevens	25 jaar. Gehuwd, kind. Woont zelfstandig met eigen gezin in een grote stad. Zij heeft 1 broer en 4 zussen. Ze is het middelste kind. Arabische stadsmilieu. Beide ouders eerste generatie. Zelf = open en tolerant, sociaal, oplossingsgericht, overtuigen van anderen, je verstand gebruiken, goed in strategisch handelen.
Opleiding, beroep	Gymnasium/hbo, werkt als hulpverleenster.
Levensdoelen	Vooraf op wereldse doelen gericht, het hier en nu: gelukkig zijn met haar man, kind, familie, beroeps carrière, studie, jezelf ontwikkelen, maar streeft ook naar goed moslim worden: meer op tijd bidden/ hoofddoek/wil graag al jong op hadj om zo haar geloof te verdiepen, ik doe alles wel goed, maar het kan altijd beter.
Religiositeit	Allah zit in mijn hart. Is een deel van mij. Allah vergeeft, je mag fouten maken, daar leer je van. Het is nooit te laat om je gedrag te veranderen. Het lot bepaal je ook zelf, sommige dingen staan vast. Het komt goed, positieve instelling. Effect bidden: geeft rust en gemoedsrust.
Bidden	Bidden = verbinding met Allah; haalt <i>salaat</i> gebeden in. Kan op het werk bidden maar laat werk voortgaan. Gebruikt meer algemene geformuleerde smeekbedes en doet smeekbedes voor anderen.
Stressoren	Je ouders niet teleurstellen, motivatieproblemen bij afronden opleiding, partnerkeuze: zelf kiezen maar serieus en respectvol

	gedrag tonen, problemen van dierbaren: liefdesverdriet zus en verdriet van haar man bij overlijden schoonmoeder, verwezenlijken ambities.
Religieuze copingstrategieën	Grijpt bij problemen minder snel naar haar geloof in het dagelijks leven, zij wil haar problemen zelf oplossen. Strategieën: Mens maakt fouten: leer van je fouten, troost God: God vergeeft, bidden, koranrecitatie, steun geloofsgenoten, zelf steunen, smeekbeden bidden voor anderen. Effect: niet genoemd.
Niet-religieuze copingstrategieën	Probleemrelativering, positieve herinterpretatie, negatieve gedachten, probleemconfrontatie, probleemvermijding, anderen geven steun, zelf anderen steunen. Effect: Als ouders en echtgenoot achter haar staan, voelt het goed.

Naam	Ouafa, respondente 99
Persoonsgegevens	19 jaar. Ongehuwd. Woont bij moeder in een kleine stad. Zij heeft 2 zussen. Ze is het oudste kind. Arabischstalig stadsmilieu. Beide ouders geschoold in Marokko en eerste generatie. Zelf = Nieuwsgierig, sociaal.
Opleiding, beroep	Mbo/ volgt hbo-opleiding voor juridische dienstverlening.
Levensdoelen	Goed moslim-zijn is het belangrijkste: God tevreden houden door aanbidding, goed gedrag, je capaciteiten gebruiken; kennis opdoen van de islam; islamitisch kleding dragen.
Religiositeit	Leven vanuit toewijding aan God, actieve overgave Kritische instelling, gericht op het ontwikkelen en uitdragen van religieuze kennis. Effect= gemoedsrust.
Bidden	Bidden van de <i>salaat</i> = haar afspraak met God, heeft de behoefte om de <i>salaat</i> op tijd te bidden.
Stressoren	verboden ouders, wroeging over zondes met vriendje scheiding ouders, boosheid naar vader, kritiek op culturele tradities die niet horen bij de ware islam.
Religieuze copingstrategieën	Aardse problemen minder belangrijk dan het hiernamaals Strategieën: Gods plan en les: beproeving, mens maakt fouten, troost bij God, berouw zondes Distantie geloof/God, bidden, koranrecitatie, religieuze bronnen, vergeven van vader.
Niet-religieuze copingstrategieën	Positieve herinterpretatie, vertrouwen op de toekomst, protesteren/afzetten, probleemconfrontatie, probleemvermijding, anderen geven steun.

Naam	Souad, respondente 153
Persoonsgegevens	26 jaar. Ongehuwd, maar heeft een vriend, woont bij ouders in een grote stad. Zij heeft 2 broers en 1 zus. Ze is het middelste kind. Marokkaans-Arabische taalachtergrond. Moeder is tweede generatie, vader eerste. Zelf = sociaal, spontaan, direct, rechtvaardig, assertief.

Opleiding, beroep	Havo/ volgt opleiding voor hulpverlening. Werkt in een winkel.
Levensdoelen	Goed moslim-zijn combineren met wereldse ambities: snel trouwen en zelfstandig zijn. Draagt (nog) geen islamitische kleding: wil eerste een echtgenoot krijgen en zij kiest ervoor om uit te gaan met haar vriend, haar echtgenoot moet moslim zijn. Droomt van een weeshuis in Marokko.
Religiositeit	Allah is boven mij en ziet en hoort alles. Allah bepaalt mijn karakter dus ook mijn keuzes. Zondes overkomen mij, ik compenseer deze door mijn plichten na te komen.
Bidden	Bidden = plicht, i.v.m. het hiernamaals en het voorkomen van de hel. <i>Salaat</i> gebeden inhalen in de avond
Stressoren	Problemen met strenge vader: verbod op uitgaan, doorstuderen, problemen met partnerkeuze, problemen met dierbaren: ruzie met moeder en zich daarna schuldig voelen.
Religieuze copingstrategieën	Gods plan en les, troost bij God, berouw zondes, bidden: zij bidt tot God dat haar vriend haar ten huwelijk zal vragen. Zij belooft dat zij als getrouwde vrouw haar plichten beter zal naleven, vergeven, ondernemen religieuze activiteiten.
Niet-religieuze copingstrategieën	Probleemrelativering, positieve herinterpretatie, negatieve gedachten, vertrouwen toekomst, emoties ventileren, protesteren/afzetten, probleemconfrontatie, probleemvermijding, anderen geven steun.

Naam	Tamrah, respondente 24
Persoonsgegevens	26 jaar, ongehuwd, woont bij ouders in een grote stad. Zij heeft 2 broers en 3 zussen. Ze is het jongste kind. Riffijnse achtergrond. Beide ouders eerste generatie. Zelf = sociaal, assertief, opgewekt.
Opleiding, beroep	Mbo/hbo, werkt als hulpverleenster.
Levensdoelen	Goed moslim-zijn, combineren met wereldse ambities en doelen religieuze doelen: wil later verdieping van het geloof en op hadj Wenst eigen woning Wil zelf iets oplossen Voelt zich nog geen volmaakte moslima draagt nog geen islamitische verantwoorde kleding wil er goed uitzien in verband met haar huwelijkskansen
Religiositeit	Allah is overal. Je voelt dat je in Zijn armen ligt. Het komt goed. Gericht op kennis van de islam, maar wil ook genieten in het leven, God vergeeft, Goede daden compenseren slechte daden, God bepaalt ook je eigen keuzes.
Bidden	<i>Salaat</i> gebeden inhalen in de avond.
Stressoren	Restricties op bewegingsvrijheid door ouders, wroeging over zondes (zina) met vriendje, onzeker over het hiernamaals (hel), examenstress, opgeven van baan met perspectief op vast contract.
Religieuze copingstrategieën	Gods plan en les, troost door God, bidden, vraagt Allah steun en lost daarna problemen zelf op, God is steun in de rug.

Niet-religieuze copingstrategieën	Probleemconfrontatie, probleemvermijding door rekening houden met taboes, anderen geven steun.
--	--

Naam	Yousra, respondente 102
Persoonsgegevens	26 jaar Ongehuwd, heeft een vriend. Woont bij ouders in een kleine stad. Zij heeft 3 broers en 2 zussen. Ze is het middelste kind. Riffijns, Algerijnse migratieachtergrond. Beide ouders eerste generatie. Zelf = ambitieus, sociaal
Opleiding, beroep	Havo/ hbo/ Universitaire master. Baan in het hbo.
Levensdoelen	Vooraf op wereldse doelen gericht, succesvol zijn, iets bereiken, politieke ambities: een bijdrage leveren aan de maatschappij, maar streeft ook naar goed moslim worden: goed mens zijn, meer gaan te gaan leven volgens het geloof. Draagt (nog) geen islamitische verantwoorde kleding i.v.m. beroep en de mode; zij kiest ervoor om uit te gaan met haar vriend.
Religiositeit	Allah begrijpt je, je moet werken voor het eeuwige leven, beetje angst voor de hel is motiverend, voorkomen van seks voor het huwelijk, geloven is iets in haar zelf dat anderen niet zien, denkt soms aan het hiernamaals, bidden op tijd geeft meer voldoening dan aards succes.
Bidden	<i>Salaat</i> gebeden inhalen in de avond.
Stressoren	Toetsen opleiding, verboden ouders, moeilijke periode, twijfel over partnerkeuze, wroeging als zij te weinig tijd heeft voor de <i>salaat</i> of ongeconcentreerd bidt. Probleem met negatieve beeldvorming over de islam.
Religieuze copingstrategieën	Als je steun vraagt vanuit zuivere intentie werkt Allah er aan Bidden is soms een uitlaatklap, bron van kracht. Strategieën: Gods plan en les, troost God, berouw zondes, bidden, steun geloofsgenoten, goed beeld van islam geven door voorzitterschap tijdens Iftar.
Niet-religieuze copingstrategieën	Positieve herinterpretatie, negatieve gedachten, probleemconfrontatie, probleemvermijding, zelf anderen steunen.

Bijlage 4:

Verschillen tussen de geïnterviewde respondenten in religiositeit, bidden en coping

In deze bijlage 4 zijn twee schema's opgenomen die verschillen tussen de moslima's verduidelijken. Het eerste schema is gebaseerd op de scores op de religiositeit-schalen, de bidfrequentie, de bidvarianten, de religieuze copingsschalen van de 13 geïnterviewde respondenten. In het tweede schema zijn de verschillende moslima's ingedeeld op basis van hun plichtsgerichtheid of hun mate van religieuze tolerantie en hun gerichtheid op het religieuze domein of het wereldse bestaan.

Om de vergelijking tussen deze geïnterviewde respondenten overzichtelijker te maken, hebben wij een schema samengesteld, waarin de schaalscores van de dertien respondenten afzonderlijk zijn weergegeven. Wij hebben alvorens de scores van de respondenten te presenteren in een eerste kolom weergegeven wat de hoogst mogelijke score per schaal is. De daarop volgende kolommen geven de scores weer per respondente, daarbij elke respondente is aangeduid met een nummer en de voorletter van hun naam. Dit nummer is willekeurig, het correspondeert met het nummer op hun vragenlijst.

De respondenten die in dit schema het eerst gepresenteerd zijn, scoren het hoog op de religiositeitsschaal van de DRI-schaal, vervolgens het hoogst op de RWBS en tenslotte op de MRS-schaal. De respondenten zijn dus van hoog naar laag geordend op basis van hun score op de schalen voor het meten van de mate waarin zij zich in positieve zin op hun religie oriënteren. De betrouwbaarheid van deze schalen was goed.

Omdat het belangrijk is om te weten welke van deze dertien respondenten de hoogst mogelijke positieve score op welke schaal heeft, hebben wij dit getal onderstreept. Zo ontstaat een beeld waaruit duidelijker wordt welke respondenten het hoogst zijn op welke schalen. Ook wordt inzichtelijk welke respondenten juist laag scoren. Dit overzicht geeft dus aanwijzingen voor verschillen tussen de respondenten in religiositeit, bidfrequentie, voorkeuren voor bidvarianten, religieuze copingstijlen en het gebruik van positieve of negatieve vormen van religieuze coping.

Schema 1a: Maximaal behaalde hoogste scores per religiositeitschalen en per schaal per respondent hoogste score

Overzicht in schaal-scores	Max ⁴⁹	H. 103	I. 48	F. 3	S. 153	O. 99	M. 177	T. 24	C. 28	L. 58	K. 5	N. 132	A. 147	Y. 102
Religiositeit														
DRI	3	<u>3</u> ⁵⁰	<u>3</u>	<u>3</u>	<u>3</u>	<u>3</u>	<u>3</u>	4	-*	4	5	5	5	7
RWBS	10	<u>10</u>	<u>10</u>	<u>10</u>	<u>10</u>	14	23	<u>10</u>	15	16	21	18	13	16
MRS	16	<u>16</u>	17	21	31	-**	26	18	33	20	40	28	29	40
Bidfrequentie														
Salaat	1	<u>1</u>	<u>1</u>	<u>1</u>	<u>1</u>	2	<u>1</u>	3	2	<u>1</u>	<u>1</u>	<u>1</u>	2	3
Smeekbedes	1	2	2	<u>1</u>	2	2	<u>1</u>	<u>1</u>	2	2	2	<u>1</u>	2	2
salaat/smeekbedes	2	3	3	<u>2</u>	3	4	<u>2</u>	4	4	3	3	<u>2</u>	4	5
buiten s. en s.	1	2	2	<u>1</u>	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3
Bidtype														
Onvoorwaardelijk bidden	20	<u>14</u>	10	13	12	10	10	10	<u>14</u>	12	8	7	9	9
Religieuze gebed	45	43	<u>44</u>	41	36	40	<u>44</u>	<u>44</u>	36	41	34	37	25	35
Crisisgebed	20	<u>20</u>	16	17	13	12	17	-	12	17	9	13	5	17
Reflectieve gebed	10	5	<u>9</u>	7	8	8	8	4	5	7	7	6	8	8

*= Bij deze schaal van 3 items zijn er slechts 2 items ingevuld en wel met de hoogste score mogelijkheid. **= Bij deze schaal van 16 items zijn er verschillende niet ingevuld

⁴⁹ Deze kolom verwijst naar de maximaal hoogst mogelijke score per schaal.

⁵⁰ Onderstreept is hoogste scores op deze schaal.

Schema 1b: Maximaal behaalde hoogste scores per religieuze copingstijlen en per schaal hoogste score per respondente

Over- zicht in schaal- scores	Max	H. 103	I. 48	F. 3	S. 153	O. 99	M. 177	T. 24	C. 28	L. 58	K. 5	N. 132	A. 147	Y. 102
Afwacht- end	25	18	17	13	15	13	10	15	19	<u>24</u>	15	9	10	10
Samen- werkend	30	<u>30</u>	25	21	22	21	<u>30</u>	28	24	29	19	21	17	21
Zelfstu- rend	30	6	12	12	15	15	6	6	12	6	14	17	<u>22</u>	21
Receptie ve coping	40	<u>39</u>	32	27	29	31	35	37	30	36	26	33	26	29
Brief RCOPE PRC	28	27	<u>28</u>	24	21	21	25	<u>28</u>	24	28	19	20	11	19
Brief RCOPE NRC	20	5	8	5	6	6	6	<u>9</u>	5	<u>9</u>	7	6	5	5

Schema II Vergelijking tussen de respondenten in plichtgerichte of tolerante religiositeit en gerichtheid op het religieuze domein of op het wereldse bestaan

	Gericht op het religieuze domein	Gericht op het wereldse bestaan
Plicht-gerichte religio-siteit	<p>Vrome moslima's gericht op het hiernamaals, religieuze kennis en religieuze zelfdiscipline Het volbrengen van religieuze plichten en goede daden geeft hen voldoening en gemoedrust, zo houden zij Allah tevreden Zij bidden de <i>salaat</i> zo veel mogelijk op tijd</p> <p>Religieuze coping = vooral zingeving, zij ervaren problemen als beproeving voor een standvastige wijze van geloven zelfvertrouwen door vroomheid en religieuze zelfdiscipline Motto: dit leven is slechts tijdelijk, je bent op aarde om Allah te dienen</p> <p>De respondenten: Farida, Ouafa, Chaima en Ikram</p>	<p>Twijfelende moslima's met ambivalentie over hun toekomst, zij smeken Allah om hulp Het volbrengen van religieuze plichten geeft hen gemoedrust Zij bidden de <i>salaat</i> als het uitkomt Zij kiezen voor wereldse doelen, maar zij zijn zich er van bewust dat zij hun religieuze plichten nog niet goed genoeg naleven, daarvoor vragen zij Allah om vergeving</p> <p>Religieuze coping = kreet om hulp Zij ervaren problemen als het lot en vragen zich af wat Allah met hen voor heeft zelfvertrouwen door Allah te aanbidden en steun te vragen Motto: hopelijk helpt Allah mij en komt het goed De respondenten: Soudad en Khadija</p>
Tolerante religio-siteit	<p>Vertrouwensvolle moslima's met een receptieve samenwerkende copingstijl Het volbrengen van religieuze plichten en goede daden geeft hen voldoening Zij bidden altijd de <i>salaat</i>, maar halen hun gebeden in Religieuze coping = met hulp van Allah problemen oplossen, problemen als levensles zelfvertrouwen door Allah's steun en aanwezigheid Motto: vertrouw op Allah, het komt goed, gericht op het welzijn van de medemens De respondenten: Maryam, Houda, Layla, Tamrah</p>	<p>Vrijdenkende moslima's met een zelfsturende religieuze copingstijl Het volbrengen van religieuze plichten geeft hen gemoedrust Zij zijn gelovig op een vrijdenkende manier. Bidden de <i>salaat</i> als het uitkomt of soms niet Religieuze coping = zingeving en identiteit als moslima Zij ervaren problemen als uitdaging Zelfvertrouwen door verbinding met de islam, succes in de eigen carrière en steun van dierbaren Motto: God is liefde; je moet niet alles geloven wat geloofsgenoten over de islam zeggen De respondenten: Najoua, Youssra, Assia</p>

